

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO MENSAL: SETEMBRO 2023

CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	04/set	05/set	08/set	07/set	08/set
DESJEJUM	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO DE LEITE C/ PATE DE FRANGO (RECEITA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ COMPOSTA DE MACÁ (RECEITA SEM AÇÚCAR) VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ALFACE	FERIADO	RECESSO
LANCHINHO	LARANJA	MACÁ	MAMÃO		
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	POLENTA AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE		
REFEIÇÃO	11/set	12/set	13/set	14/set	15/set
DESJEJUM	PÃO INTEGRAL C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ PATE DE FRANGO (RECEITA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE DE LEITE C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE CENOURA	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO REPOLHO REFOGADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO BERINJELA REFOGADA SALADA DE TOMATE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADA BRÓCOLIS REFOGADO	MACARRÃO FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO COUVE REFOGADA
LANCHINHO	LARANJA	MAMÃO	MELÃO	MANGA	BANANA
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE QUIRERINHA COM LEGUMES	RISOTO, SALADA DE ALFACE	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA C/ MÚSCULO
REFEIÇÃO	18/set	19/set	20/set	21/set	22/set
DESJEJUM	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ DOCE DE MACÁ (RECEITA S/ AÇÚCAR) IOGURTE	PÃO INTEGRAL C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE CACAU E BANANA SEM AÇÚCAR CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE COLORIDO (CENOURA, TOMATE E ESPINAFRE) REPOLHO REFOGADO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO BATATA SALSA SAUTÉ SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO ABOBRINHA REFOGADA	MACARRÃO CARNE MOIDA REFOGADA CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM BRÓCOLIS SALADA DE BETERRABA
LANCHINHO	MACÁ	MELÃO	BANANA	MELÂNCIA	MANGA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	PURE DE BATATA COM FRANGO MOLHO	SOPA DE QUIRERA COM CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO	25/set	26/set	27/set	28/set	29/set
DESJEJUM	MINGAU DE AVEIA S/ AÇÚCAR BANANA	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ PATE DE FRANGO (RECEITA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE DE LEITE C/ OMELETE CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA DE CHUCHU CENOURA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO COUVE REFOGADA	MACARRÃO FEIJÃO FRANGO AO MOLHO VAGEM REFOGADA	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS SALADA DE BETERRABA
LANCHINHO	LARANJA	PERA	MACÁ	BANANA	MELÃO
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO E LEGUMES

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

Aline Souza de Godoi
Nutricionista
Chefe Dep. De Merenda Escolar
Direção 7938/2021


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO MENSAL: SETEMBRO 2023

ATENÇÃO: ACRESCENTAR AS PREPARAÇÕES CALDINHO DE FEIJÃO

CRIANÇAS 6 E 7 MESES => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	04/set	05/set	06/set	07/set	08/set
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2		
ALMOÇO	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	POLENTA COM CARNE (BATER LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	FERIADO	RECESSO
LANCHE 1	SUCO DE LARANJA LIMA	MAÇÃ RASPADINHA	MAMÃO AMASSADO		
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2		
REFEIÇÃO	11/set	12/set	13/set	14/set	15/set
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
ALMOÇO	CANJA DE FRANGO DESFIADO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	SOPA DE QUIRERINHA COM LEGUMES	SOPA DE LENTILHA C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA C/ MUSCULO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)
LANCHE 1	SUCO DE LARANJA LIMA	MAMÃO AMASSADO	PURÊ DE MELÃO	MANGA AMASSADA	BANANA PRATA AMASSADA
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
REFEIÇÃO	18/set	19/set	20/set	21/set	22/set
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
ALMOÇO	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	POLENTA COM CARNE (BATER LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)	PURÊ DE BATATA COM CARNE MOIDA (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE QUIRERINHA COM LEGUMES E CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR E AMASSAR OUTROS INGREDIENTES)
LANCHE 1	MAÇÃ RASPADA	PURÊ DE MELÃO	BANANA PRATA AMASSADA	PERA AMASSADA	MANGA AMASSADA
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
REFEIÇÃO	25/set	26/set	27/set	28/set	29/set
DESJEJUM	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
ALMOÇO	CANJA (BATER LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE QUIRERINHA COM LEGUMES (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO (BATER A CARNE NO LIQUIDIFICADOR)
LANCHE 1	SUCO DE LARANJA LIMA	PERA RASPADINHA	MAÇÃ RASPADA	BANANA PRATA RASPADINHA	PURÊ DE MELÃO
LANCHE 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.


Ailene Souza de Godoi
Nutricionista
Chefe Dep. De Merenda Escolar
Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ATENÇÃO PARA AS PREPARAÇÕES NÃO FICAREM SECAS, SEMPRE QUE NECESSÁRIO ACRESCENTAR MAIS CALDO DE FEIJÃO

8 A 11 MESES => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

CARDÁPIO MENSAL: SETEMBRO 2023

	04/set	05/set	06/set	07/set	08/set
REFEIÇÃO					
DESJEJUM	BROA CASEIRA FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2	PÃO CASEIRO FORMULA 2		
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE (SOMENTE AS GEMAS) ABOBRIHA COZIDA AMASSADA SUCO DE LARANJA LIMA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE COZIDA DESFIADA REPOLHO REFOGADO AMASSADO MACÃ RASPADINHA	MACARRÃO PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO AO MOLHO (DESFILADO) CENOURA REFOGADA AMASSADA MAMÃO AMASSADO	FERIADO	RECESSO
LANCHINHO	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2		
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE	POLENTA AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE		
REFEIÇÃO					
DESJEJUM	PÃO CASEIRO FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2	BROA CASEIRA FORMULA 2	PÃO CASEIRO FORMULA 2	PÃO DE LEITE FORMULA 2
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OVO COZIDO (SOMENTE GEMA) LEGUMES AMASSADOS SUCO DE LARANJA LIMA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO POSTA ASSADA DESFIADA AO MOLHO BETERRABA COZIDA AMASSADA MAMÃO AMASSADO	FEIJÃO AMASSADINHO CUBOS COZIDOS DESFIADOS BERNUELA COZIDA AMASSADA PURE DE MELÃO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO BROCOLIS REFOGADO AMASSADO MANGA AMASSADA	MACARRÃO PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO CREME DE COUVE COM CENOURA BANANA PRATA AMASSADA
LANCHINHO	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	SOPA DE QUIREINHA COM LEGUMES	RISOTO CALHINHO DE FEIJÃO E LEGUMES AMASSADOS	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA C/ MUSCULO
REFEIÇÃO					
DESJEJUM	18/set BROA CASEIRA FORMULA 2	19/set PÃO DE LEITE FORMULA 2	20/set PÃO CASEIRO FORMULA 2	21/set BROA CASEIRA FORMULA 2	22/set PÃO DE LEITE FORMULA 2
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OMELETE (SOMENTE GEMA) CENOURA E ESPINAFRE COZIDOS E AMASSADOS	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE COZIDA DESFIADA BATATA COZIDA AMASSADA PURE DE MELÃO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO ASSADO DESFIADO AO MOLHO ABOBRINHA COZIDA AMASSADA BANANA PRATA AMASSADA	MACARRÃO PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE MOIDA AMASSADA CHUCHU REFOGADO AMASSADO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO COZIDO DESFIADO BROCOLIS COZIDO AMASSADO MANGA AMASSADA
LANCHINHO	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	PURE DE BATATA COM FRANGO MOLHO	SOPA DE QUIREIRA COM CARNE E LEGUMES
REFEIÇÃO					
DESJEJUM	25/set PÃO CASEIRO FORMULA 2	26/set PÃO DE LEITE FORMULA 2	27/set BROA CASEIRA FORMULA 2	28/set PÃO CASEIRO FORMULA 2	29/set PÃO DE LEITE FORMULA 2
ALMOÇO	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO OVO COZIDO (SOMENTE GEMA) CHUCHU COZIDO AMASSADO SUCO DE LARANJA LIMA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE COZIDA DESFIADA AO MOLHO REPOLHO REFOGADO AMASSADO PERA RASPADINHA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO POSTA ASSADA DESFIADA AO MOLHO CREME DE COUVE MACÃ RASPADINHA	MACARRÃO PAPA FEIJÃO AMASSADINHO FRANGO AO MOLHO (DESFILADO) CENOURA COZIDA AMASSADA BANANA PRATA AMASSADA	ARROZ PAPA FEIJÃO AMASSADINHO CARNE MOIDA COZIDA AMASSADA PURE DE MELÃO
LANCHINHO	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIREIRA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO E LEGUMES

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR
TODAS AS CARNES DEVEM SER MUITO BEM COZIDAS, AMASSADAS E DESFIADAS!


Aline Souza de Godoi
 Nutricionista
 Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021