

Segunda-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Abobrinha, Feijão e Frango.

Terça-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Tomate e Frango.

Quarta-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Beterraba, Feijão e Carne Bovina.

Quinta-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Chuchu e Frango.

Sexta-feira: Arroz, Batata Doce, Cenoura, Beterraba e Carne Bovina.

Notas:

1. A composição geral da Papa de Legumes para a faixa etária de 4 a 5 meses é a seguinte: 1 arroz ou macarrão + 1 feculento (mandioca, cará, inhame, mandioquinha ou batata) + 1 hortaliça fonte de vitamina A + 1 hortaliça (legume) + 1 verdura + 1 porção de carne (bovina ou frango) e feijão (duas vezes por semana).

2. A Papa de Legumes deverá ser passada por peneira grossa na 1ª semana de introdução da alimentação e após esse período deverá ser bem amassada com o garfo.

3. Feijão: utilizar somente o caldo.

LANCHE: 4 a 5 meses: Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (1º Semestre) acompanhada de Papa de Fruta.

Segunda-feira: Maçã.

Terça-feira: Maçã.

Quarta-feira: Mamão.

Quinta-feira: Banana.

Sexta-feira: Mamão.

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

JANTAR: 4 a 5 meses: Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (1º semestre).

SEMANA DE 30/11 a 04/12/2015

Faixa Etária 6 a 7 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos.

DESJEJUM: 6 a 7 meses: Mamadeira: preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre), com os seguintes acompanhamentos:

Segunda-feira: Pão Bisnaguinha.

Terça-feira: Biscoito Doce.

Quarta-feira: Pão Bisnaguinha.

Quinta-feira: Biscoito Salgado.

Sexta-feira: Biscoito Doce.

COLAÇÃO: 6 a 7 meses: Suco Natural das seguintes Frutas:

Segunda-feira: Laranja.

Terça-feira: Laranja.

Quarta-feira: Laranja.

Quinta-feira: Laranja.

Sexta-feira: Melancia.

Nota: Iniciar com a oferta de uma fruta de cada vez para criança conhecer novos sabores, posteriormente as frutas poderão ser combinadas de acordo com o estoque excedente disponível na unidade (ex: cenoura, beterraba, couve manteiga e outras frutas).

ALMOÇO: 6 a 7 meses: Papa composta de:

Segunda-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Abobrinha, Feijão, Frango e Maçã.

Terça-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Tomate, Ovo e Mamão.

Quarta-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Beterraba, Feijão, Carne Bovina e Banana.

Quinta-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Chuchu, Frango e Mamão.

Sexta-feira: Arroz, Batata Doce, Cenoura, Beterraba, Carne Bovina e Banana.

Notas:

1. A composição geral da Papa de Legumes para a faixa etária de 6 a 7 meses é a seguinte: arroz ou macarrão + 1 feculento (mandioca, cará, inhame, mandioquinha, batata doce ou batata) + 1 hortaliça (fonte de vitamina A) + 1 hortaliça (legume) + 1verdura (folha) + 1 porção de carne (bovina ou frango) e feijão (duas vezes por semana).

2. Feijão: deverá ser amassado.

3. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

4. Introdução do ovo inteiro em substituição a carne uma vez por semana.

LANCHE: 6 a 7 meses: Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre).

JANTAR: 6 a 7 meses: Papa na seguinte composição:

Segunda-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Abobrinha, Frango e Mamão.

Terça-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Abobrinha, Frango, Feijão e Maçã.

Quarta-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Chuchu, Ovo e Mamão.

Quinta-feira: Arroz, Batata, Cenoura, Beterraba, Acelga, Carne Bovina e Banana.

Sexta-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Chuchu, Frango, Feijão e Mamão.

Notas:

1. A composição geral da Papa de Legumes no jantar para a faixa etária de 6 a 7 meses a seguinte: arroz ou macarrão + 1 feculento (mandioca, cará, inhame, mandioquinha, batata doce ou batata) + 1 hortaliça (fonte de vitamina A) + 1 hortaliça (legume) + 1verdura (folha) + 1 porção de carne (bovina ou frango) ou metade de uma gema de ovo (uma vez por semana) + feijão (duas vezes por semana).

2. Feijão: deverá ser amassado.

3. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

4. Introdução do ovo inteiro em substituição a carne uma vez por semana.

SEMANA DE 30/11 a 04/12/2015

Faixa Etária 8 a 11 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos.

DESJEJUM: 8 a 11 meses

Mamadeira: preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre), com os seguintes acompanhamentos.

Segunda-feira: Pão Bisnaguinha

Terça-feira: Biscoito Doce.

Quarta-feira: Pão Bisnaguinha.

Quinta-feira: Biscoito Salgado.

Sexta-feira: Biscoito Doce.

COLAÇÃO: 8 a 11 meses

- Suco Natural das seguintes Frutas:

Segunda-feira: Laranja.

Terça-feira: Laranja.

Quarta-feira: Laranja.

Quinta-feira: Laranja.

Sexta-feira: Melancia.

Nota: O estoque disponível (excedente) de cenoura, beterraba, couve manteiga e outras frutas poderão ser adicionados ao suco de fruta.

ALMOÇO: 8 a 11 meses

Segunda-feira: Arroz, Feijão, Ovo, Abobrinha Cozida e Maçã.

Terça-feira: Arroz, Feijão, Carne Suína, Cenoura Cozida e Mamão.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Carne Bovina, Chuchu Cozido e Banana.

Quinta-feira: Macarrão, Frango, Acelga Refogada e Mamão.

Sexta-feira: Arroz, Feijão, Carne Bovina, Batata Doce e Banana.

Notas:

1. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

2. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site de DAE para variar as preparações na semana.

3. O estoque disponível (excedente) de legumes ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados.

4. A carne bovina poderá ser moída uma vez por semana.

LANCHE: 8 a 11 meses: Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre).

JANTAR: 8 a 11 meses: Sopa na seguinte composição:

Segunda-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Abobrinha, Frango e Mamão.

Terça-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Abobrinha, Frango, Feijão e Maçã.

Quarta-feira: Arroz, Mandioquinha, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina e Mamão.

Quinta-feira: Arroz, Batata, Cenoura, Beterraba, Acelga, Carne Bovina e Banana.

Sexta-feira: Macarrão, Batata, Cenoura, Chuchu, Frango, Feijão e Mamão.

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida no próximo recebimento da fruta.

SEMANA DE 30/11 a 04/12/2015

Faixa Etária 1 ano a 1 ano e 11 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos.

DESJEJUM: 1 ano a 1 ano e 11 meses

Segunda-feira: Leite Integral e Pão Bisnaguinha Integral com Margarina

Terça-feira: Leite Integral com Flocos de Milho.

Quarta-feira: Leite Integral e Pão Hot Dog ou Pão Hot Dog Integral com Geleia

Quinta-feira: Leite Integral e Biscoito Salgado.

Sexta-feira: Leite Integral e Pão de Forma Integral com Margarina.

Notas:

1. Para os alunos que ainda utilizam mamadeira deverá ser oferecido Leite Integral.

2. Poderá ser oferecido Composto Lácteo Sabor Chocolate ou Café aos alunos que apresentam baixa aceitação do Leite Integral puro.

3. Composto Lácteo Sabor Chocolate ou Café, utilizar de acordo com o estoque disponível e prazo de validade.

COLAÇÃO: 1 ano a 1 ano e 11 meses

- Suco Natural das seguintes Frutas:

Segunda-feira: Laranja.

Terça-feira: Laranja.

Quarta-feira: Laranja.

Quinta-feira: Laranja.

Sexta-feira: Melancia.

Nota: O estoque disponível (excedente) de cenoura, beterraba, couve manteiga e outras frutas poderão ser adicionados ao suco de fruta.

ALMOÇO: 1 ano a 1 ano e 11 meses

Segunda-feira: Arroz, Feijão, Ovo, Abobrinha e Melão.

Terça-feira: Arroz, Feijão, Carne Suína, Cenoura e Maçã.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Carne Bovina, Chuchu e Banana.

Quinta-feira: Macarrão, Frango, Acelga e Mamão.

Sexta-feira: Arroz, Feijão, Carne Bovina, Batata Doce e Banana.

Notas:

1. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

2. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site de DAE para variar as preparações na semana.

3. O estoque disponível (excedente) de legumes ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados.

4. A carne bovina poderá ser moída uma vez por semana.

LANCHE - 1 ano a 1 ano e 11 meses

Segunda-feira: Leite Integral.

Terça-feira: Leite Integral.

Quarta-feira: Leite Integral.

Quinta-feira: Leite Integral Batido com Fruta.

Sexta-feira: Leite Integral.

Notas:

1. Para os alunos que ainda utilizam mamadeira deverá ser oferecido Leite Integral.

2. Poderá ser oferecido Composto Lácteo Sabor Chocolate ou Café aos alunos que apresentam baixa aceitação do Leite Integral puro.

3. Composto Lácteo Sabor Chocolate ou Café, utilizar de acordo com o estoque disponível e prazo de validade.

JANTAR - 1 ano a 1 ano e 11 meses

Segunda-feira: Macarrão, Frango, Berinjela e Melancia.

Terça-feira: SOPA: Macarrão, Batata, Cenoura, Abobrinha, Frango, Feijão e Maçã.

Quarta-feira: Arroz, Proteína de Soja com Legumes e Mamão.

Quinta-feira: Arroz, Batata, Cenoura, Beterraba, Acelga, Carne Bovina e Banana.

Sexta-feira: Arroz, Frango, Cenoura e Melancia.

Notas:

1. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

2. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site de DAE para variar as preparações na semana.

3. Uma vez por semana a fruta poderá ser substituída por salada de frutas, se houver sobras. Preparar conforme orientação do Receituário Padrão de CEI.

4. O estoque disponível (excedente) de legumes ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados.

5. Gelatina: (60 ml) Sobra de fruta - maçã ou banana - poderá decorar a gelatina.

SEMANA DE 30/11 a 04/12/2015

Faixa Etária: 2 a 6 anos:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos.

DESJEJUM: 2 a 6 anos

Segunda-feira: Composto Lácteo e Pão Bisnaguinha Integral com Margarina.

Terça-feira: Leite Integral com Flocos de Milho.

Quarta-feira: Composto Lácteo e Pão Hot Dog ou Pão Hot Dog Integral com Geleia.

Quinta-feira: Composto Lácteo e Biscoito Salgado.

Sexta-feira: Composto Lácteo e Pão de Forma Integral com Margarina.

Nota: Composto Lácteo Sabor Chocolate ou Café, utilizar de acordo com o estoque disponível e prazo de validade.

COLAÇÃO: 2 a 6 anos

- Suco Natural das seguintes Frutas:

Segunda-feira: Laranja.

Terça-feira: Laranja.

Quarta-feira: Laranja.

Quinta-feira: Laranja.

Sexta-feira: Melancia.

Nota: O estoque disponível (excedente) de cenoura, beterraba, couve manteiga e outras frutas poderão ser adicionados ao suco de fruta.

ALMOÇO: 2 a 6 anos

Segunda-feira: Arroz, Feijão, Ovo, Abobrinha e Melão.

Terça-feira: Arroz, Feijão, Carne Suína, Cenoura e Maçã.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Carne Bovina, Chuchu e Banana.

Quinta-feira: Macarrão, Frango, Acelga e Mamão.

Sexta-feira: Arroz, Feijão, Filé de Peixe, Batata Doce e Banana.

Notas:

1. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

2. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site de DAE para variar as preparações na semana.

3. O estoque disponível (excedente) de legumes ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados.

4. A carne bovina poderá ser moída uma vez por semana.

LANCHE - 2 a 6 anos

Segunda-feira: Composto Lácteo.

Terça-feira: Composto Lácteo.

Quarta-feira: Composto Lácteo.

Quinta-feira: Leite Integral Batido com Fruta.

Sexta-feira: Composto Lácteo.

Notas:

1. Composto Lácteo Sabor Chocolate ou Café, utilizar de acordo com o estoque disponível e prazo de validade.

JANTAR - 2 a 6 anos

Segunda-feira: Macarrão, Frango, Berinjela e Melancia.

Terça-feira: SOPA: Macarrão, Batata, Cenoura, Abobrinha, Frango, Feijão e Maçã.

Quarta-feira: Arroz, Proteína de Soja com Legumes e Mamão.

Quinta-feira: Arroz, Batata, Cenoura, Beterraba, Acelga, Carne Bovina e Banana.

Sexta-feira: Arroz, Frango, Cenoura e Melancia.

Notas:

1. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

2. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site do DAE para variar as preparações na semana.

3. Uma vez por semana a fruta poderá ser substituída por salada de frutas, se houver sobras. Preparar conforme orientação do Receituário Padrão de CEI.

4. O estoque disponível (excedente) de legumes ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados.

5. Gelatina: (120ml) Sobra de fruta - maçã ou banana - poderá decorar a gelatina.

B-CEMEI – EMEI do CEMEI

SEMANA DE 30/11 a 04/12/2015

LANCHE: 4 a 6 anos

Segunda-feira: Composto Lácteo e Pão Bisnaguinha Integral com Margarina.

Terça-feira: Leite Integral com Flocos de Milho.

Quarta-feira: Composto Lácteo e Pão Hot Dog ou Pão Hot Dog Integral com Geleia.

Quinta-feira: Composto Lácteo e Biscoito Salgado.

Sexta-feira: Composto Lácteo e Pão de Forma Integral com Margarina.

Nota: Composto Lácteo Sabor Chocolate ou Café, utilizar de acordo com o estoque disponível e prazo de validade.

REFEIÇÃO: 4 a 6 anos

Segunda-feira: Arroz, Feijão, Ovo, Abobrinha e Melão.

Terça-feira: Arroz, Feijão, Carne Suína, Cenoura e Maçã.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Carne Bovina, Chuchu e Banana.

Quinta-feira: Macarrão, Frango, Acelga e Mamão.

Sexta-feira: Arroz, Feijão, Filé de Peixe, Batata Doce e Banana.

Notas:

1. A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida até o próximo recebimento da fruta.

2. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site do DAE para variar as preparações na semana.

3. Uma vez por semana a fruta poderá ser substituída por salada de frutas, se houver sobras. Preparar conforme orientação do Receituário Padrão de CEI.

4. A carne bovina poderá ser moída uma vez por semana.

5. O estoque disponível (excedente) de legumes ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados.

6. Gelatina: (120 ml) Sobra de fruta - maçã ou banana - poderá decorar a gelatina.

Cardápio elaborado por Nutricionistas do Departamento de Alimentação Escolar – DAE/SME

COMUNICADO Nº 216 - Novembro -2015

A Secretaria Municipal de Educação- SME, por meio do Departamento de Alimentação Escolar (DAE), comunica aos Senhores Diretores de Escola das EMEI's, EMEF's, EMEFM's, EMEBS's e SME CONVÊNIOs, Coordenadores Gerais dos CIEJA's, Gestores dos CEU's GESTÃO da Rede Municipal de Ensino / GESTÃO DIRETA e MISTA, os cardápios que deverão ser cumpridos na semana de 30/11 a