

Período Integral - 08:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço			Lanche			
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	1/ago	IOGURTE / COM BOLINHO DE CHOCOLATE / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA REFOGADA / ACELGA REFOGADA			LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA		
	TERÇA-FEIRA	2/ago	SUCO DE MARACUJÁ/ PÃO DE HAMBURGUER COM CARNE MOIDA E REPOLHO FATIADO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / SALADA DE BETERRABA			LEITE C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO/ MELANCIA		
	QUARTA-FEIRA	3/ago	LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA COM MARGARINA/ MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO COM TOMATE / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE ESCAROLA			SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E CENOURA RALADA		
	QUINTA-FEIRA	4/ago	SUCO DE CAJU/ PÃO DE HOT DOG COM FRANGO E CENOURA RALADA/ BANANA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / MANDIOCA COZIDA / SALADA DE REPOLHO			IOGURTE / PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO / MAMÃO		
	SEXTA-FEIRA	5/ago	LEITE COM CHOCOLATE/ PÃO DE FORMA COM QUEIJO / ALFACE E CENOURA / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / FIGADO C/ TOMATE / BATATA COZIDA / SALADA DE ACELGA			SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO C/ REPOLHO		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos		1054,66	41,00	23,00	172,00	463,83	5,98	1055,47	51,15
SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço			Lanche			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	8/ago	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ/ PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO			LEITE C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ MARGARINA		
	TERÇA-FEIRA	9/ago	SUCO DE MARACUJÁ/ PÃO DE HAMBURGUER COM CARNE MOIDA E ACELGA FATIADA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / SALADA DE BATATA COZIDA / BETERRABA COZIDA			LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO/ MELANCIA		
	QUARTA-FEIRA	10/ago	IOGURTE COM CEREAL/ BANANA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / CARÁ COZIDO / VIRADO DE COUVE C/ PROTEÍNA DE SOJA			SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG COM FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA		
	QUINTA-FEIRA	11/ago	SUCO DE GOIABA / PÃO DE HOT DOG C/ FRANGO E REPOLHO FATIADO	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE CENOURA/			IOGURTE / BOLINHO DE COCO / BANANA		
	SEXTA-FEIRA	12/ago	LEITE COM CAFÉ / PÃO BISNAGUINHA COM MARGARINA / MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO			SUCO DE MARACUJA / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E CENOURA DESFIADO		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos		1094,25	39,00	24,00	181,00	433,40	5,56	310,97	36,98

Aprovação

Departamento de Nutrição
SEMECTI
Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
24/07/2022

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTec

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

Período Integral - 08:00 hs às 17:00 hs

3ª SEMANA

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
SEGUNDA-FEIRA	15/ago	IOGURTE / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / INHAME COZIDO / SALADA DE PEPINO	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER / CARNE MOIDA / ACELGA FATIADA				
TERÇA-FEIRA	16/ago	SUCO DE CAJU / PÃO DE HOT DOG C/ CARNE MALUCA E CENOURA RALADA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MAÇA				
QUARTA-FEIRA	17/ago	CHÁ MATTE / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / CENOURA COZIDA/ SALADA DE ACELGA	SUCO DE CAJU / PÃO DE HOT DOG COM FRANGO E CENOURA RALADA				
QUINTA-FEIRA	18/ago	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO C/ CENOURA	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE BETERRABA	IOGURTE / BOLINHO DE COCO/ MELANCIA				
SEXTA-FEIRA	19/ago	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / BATATA COZIDA	LEITE C/ CAFÉ / PÃO BISNAGUINHA C/ MARGARINA				
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos	1027,83	39,00	22,00	170,00	394,84	5,28	287,11	28,94

4ª SEMANA

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
SEGUNDA-FEIRA	22/ago	IOGURTE C/ CEREAL / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO	LEITE C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO				
TERÇA-FEIRA	23/ago	SUCO DE LIMÃO /PÃO DE HOT / FRANGO DESFIADO / REPOLHO FATIADO / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / CENOURA COZIDA / SALADA DE BETERRABA	IOGURTE C/ BOLINHO DE CHOCOALTE / MELANCIA				
QUARTA-FEIRA	24/ago	LEITE C/ CAFÉ / BISANGUINHA C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ MANDIOCA / SALADA DE ACELGA	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E CENOURA RALADA / BANANA				
QUINTA-FEIRA	25/ago	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBUGUER C/ CARNE DE PERNIL E CENOURA RALADA	ARROZ/ FEIJÃO / CARNE DE PERNIL C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE PEPINO	SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO C/ CENOURA / MAÇA				
SEXTA-FEIRA	26/ago	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA COM MARGARINA / BANANA	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / CENOURA COZIDA / SALADA DE ACELGA /	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO				
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos	1063,00	41,00	23,00	175,00	464,50	5,76	357,01	17,02

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

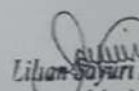
 Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

 Departamento de Nutrição
 ZAMPTEC

 Maria Inesiane O. Kitokawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796

Aprovação


 Lilian Sayuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN-3 - 31.426
 27/07/2022



CARDÁPIO INTEGRAL

AGOSTO / 2022

Ensino Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses

Período Integral - 08:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço			Lanche			
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	29/ago	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO/ MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA EM CUBOS C/ MOLHO / BATATA SAUTÉ / SALADA DE ALFACE C/ TOMATE			SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E ACELGA FATIADA		
	TERÇA-FEIRA	30/ago	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E ACELGA FATIADA	POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO / SALADA DE ABOBRINHA COZIDA / BETERRABA COZIDA			LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAÇA		
	QUARTA-FEIRA	31/ago	IOGURTE C/ PÃO BISNAGUINHA C/ MARGARINA / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / CARÁ COZIDO / SALADA DE ABORBINHA			SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA		
	QUINTA-FEIRA	1/set	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / SALADA DE ALCEGA			LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / BANANA		
	SEXTA-FEIRA	2/set	LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO			IOGURTE C/ PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO / MELANCIA		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos		1043,25	39,00	23,00	169,00	441,62	5,07	295,84	16,04

Aprovação

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

Liliana Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN-3 31.426
27/08/2022

Maria Inoiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO LANCHE

Ensino Infantil - de 4 anos à 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

AGOSTO / 2022

Período Manhã - 7:00 hs às 12:00 hs / Período Vespertino - 15:00 hs às 19:00 hs / Período Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	1/ago	2/ago	3/ago	4/ago	5/ago
1ª SEMANA	IOGURTE / BOLINHO DE CHOCOLATE / MELANCIA	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E REPOLHO FATIADO	LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAMÃO	SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA / BANANA	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / ALFACE E CENOURA / MAÇA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (* Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	363,14	11,00	9,00	60,00	200,39	1,24	108,39	19,53
6 - 10 anos	387,41	12,00	9,00	64,00	216,01	1,26	122,8	20,02
> 15 anos	503,96	15	13	82	262,34	1,67	163,08	29,08

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	8/ago	9/ago	10/ago	11/ago	12/ago
2ª SEMANA	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO / MAÇA	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E ACELGA FATIADA	IOGURTE C/ CEREAL / BANANA	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO E REPOLHO FATIADO / MELANCIA	LEITE C/ CAFÉ / PÃO BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAMÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (* Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	356,79	10,00	7,00	64,00	158,71	1,01	77,28	16,17
6 - 10 anos	386,12	11	8	68	181,71	1,06	94,36	19,97
> 15 anos	485,53	14	10	85	219,56	1,19	123,53	28,86

Aprovação

Lilian Sayuki Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 27/04/2022

Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
 ZAMPTec

Marin Iziane O. Kitakawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796

Período Manhã - 7:00 hs às 12:00 hs / Período Vespertino - 15:00 hs às 19:00 hs / Período Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
3ª SEMANA	15/ago	16/ago	17/ago	18/ago	19/ago			
	IOGURTE / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO / MAÇA	SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ CARNE MALUCA E CENOURA RALADA	CHÁ MATTE / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAMÃO	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESMIADO E CENOURA /MAÇÃ	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / BANANA			
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	345,88	10,00	7,00	61,00	151,38	0,83	84,38	15,20
6 - 10 anos	365,6	11	7	64	166,35	0,85	108,67	18,44
> 15 anos	448,69	14	9	77	196,44	0,94	142,28	26,4
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
4ª SEMANA	22/ago	23/ago	24/ago	25/ago	26/ago			
	IOGURTE COM CEREAL / MELANCIA	SUCO DE LIMÃO / PÃO DE HOT / FRANGO DESMIADO / REPOLHO FATIADO / MAÇA	LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO /MAMÃO	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE DE PERNIL E CENOURA FATIADA	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/MARGARINA/ BANANA			
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	341,38	10,00	7,00	60,00	158,99	0,99	86,51	15,97
6 - 10 anos	370,54	11	8	64	179,21	1,04	105,75	19,6
> 15 anos	467,92	14	10	79	219,64	1,15	140,92	28,3

Aprovação

Lilian Sayuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 24/08/2022

Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
 ZAMPTEC

Maria Izaiane O. Kitakawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796



CARDÁPIO LANCHE

Ensino Infantil - de 4 anos à 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

AGOSTO / 2022

Período Manhã - 7:00 hs às 12:00 hs / Período Vespertino - 15:00 hs às 19:00 hs / Período Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs

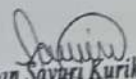
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
	29/ago	30/ago	31/ago	1/set	2/set			
5ª SEMANA	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO/ MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E ACELGA FATIADA	IOGURTE C/ PÃO BISNAGUINHA C/ MARGARINA / BANANA	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA / MELANCIA	LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAÇA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	367,84	10,00	8,00	64,00	156,81	0,90	80,67	3,82
6 - 10 anos	394,04	11	9	68	174,11	0,92	99,42	4,34
> 15 anos	528,11	15	12	89	216,02	1,02	131,08	5,23

Aprovação

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC


Liljan Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
27/08/2022


Maria Inês O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO REFEIÇÃO

AGOSTO/ 2022

Ensino Infantil - de 4 anos à 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Intermediário - 11:00 hs às 15:00 hs / Período Noturno - 19:00 hs às 22:00 hs

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
1ª SEMANA	1/ago	2/ago	3/ago	4/ago	5/ago			
	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA COZIDA / ACELGA REFOGADA / MELANCIA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / SALADA DE BETERRABA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE ESCAROLA / MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / MANDIOCA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FIGADO C/ TOMATE / BATATA COZIDA / SALADA DE ACELGA / MAÇA			
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	320,38	16,00	5,00	53,00	60,07	3,51	755,28	23,77
6 - 10 anos	370,1	19	5	62	71,22	4,04	859,77	31,97
> 15 anos	483,05	25	7	81	87,87	5,1	1211,11	39,8
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
2ª SEMANA	8/ago	9/ago	10/ago	11/ago	12/ago			
	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECORA EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / SALADA DE BATATA COZIDA / BETERRABA COZIDA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE C/ PROTEÍNA DE SOJA/ CARÁ COZIDO / BANANA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE CENOURA/ MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / MAMÃO			
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	343,31	16,00	6,00	56,00	68,52	3,14	138,43	29,72
6 - 10 anos	391,99	18	7	65	78,1	3,56	156,2	36,87
> 15 anos	511,08	24	9	84	95,63	4,38	192,33	46,13

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação

Lilian Sayuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 27/07/2022

Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
 ZAMPTEC

Maria Izaiane O. Kitakawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796

CARDÁPIO REFEIÇÃO

AGOSTO/ 2022

Ensino Infantil - de 4 anos à 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Intermediário - 11:00 hs às 15:00 hs / Período Noturno - 19:00 hs às 22:00 hs

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
	15/ago	16/ago	17/ago	18/ago	19/ago			
3ª SEMANA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / INHAME COZIDO /SALADA DE PEPINO/ MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / CENOURA COZIDA / SALADA DE ACELGA / MAMÃO	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE BETERRABA / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / BATATA COZIDA / BANANA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	327,94	16,00	5,00	54,00	56,83	3,23	94,54	21,28
6 - 10 anos	373,39	18	6	63	66,52	3,74	115,69	28,96
> 15 anos	476,05	24	7	80	79,25	4,53	132,65	34,96
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
	22/ago	23/ago	24/ago	25/ago	26/ago			
4ª SEMANA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / CENOURA COZIDA / SALADA DE BETERRABA COZIDA/ MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ MANDIOCA / SALADA ACELGA / MAMÃO	ARROZ/ FEIJÃO / CARNE DE PERNIL C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE PEPINO	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA/ CENOURA COZIDA / SALADA DE ACELGA / BANANA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	331,97	16,00	6,00	54,00	72,00	3,30	171,66	23,79
6 - 10 anos	377,31	18	6	62	81,94	3,76	188,52	31,42
> 15 anos	487,17	24	8	80	97,66	4,62	227,39	39,02

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação

Diliana Dayuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.428
 27/08/2022

Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
 ZAMPTec

Maria Ines O. Kitokawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796



CARDÁPIO REFEIÇÃO

AGOSTO/ 2022

Ensino Infantil - de 4 anos à 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Intermediário - 11:00 hs às 15:00 hs / Período Noturno - 19:00 hs às 22:00 hs

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
5ª SEMANA	29/ago	30/ago	31/ago	1/set	2/set			
	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA EM CUBOS C/ MOLHO / BATATA SAUTÉ / SALADA DE ALFACE C TOMATE / MAÇÃ	POLENTA / CARNE MOIDA AO MOLHO / SALADA DE ABOBRINHA COZIDA / BETERRABA COZIDA / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / CARÁ COZIDO / SALADA DE ABOBRINHA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / SALADA DE ALCEGA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / MAÇA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	304,80	15,00	6,00	48,00	46,80	2,88	98,21	11,91
6 - 10 anos	346,73	17	6	56	53,73	3,27	115,28	13,61
> 15 anos	447,73	23	8	71	66,29	4,07	161,36	16,55

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs		
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	1/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAMÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	TERÇA-FEIRA	2/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE BANANA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUARTA-FEIRA	3/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAMÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	4/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE BANANA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	SEXTA-FEIRA	5/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAÇA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 6 meses	497,08	11,00	25,00	59,00	364,44	5,30	556,57	120,16

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs		
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	8/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE BANANA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	TERÇA-FEIRA	9/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAÇA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUARTA-FEIRA	10/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAMÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	11/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE BANANA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	SEXTA-FEIRA	12/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAÇA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 6 meses	497,89	11,00	25,00	59,00	362,61	5,29	550,65	114,07

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:

Liliana Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
27/07/2022

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs		Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs					
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	15/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE BANANA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
	TERÇA-FEIRA	16/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAÇÃ		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
	QUARTA-FEIRA	17/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAMÃO		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
	QUINTA-FEIRA	18/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 2		PAPA DE MAÇÃ		FORMULA LACTEA INFANTIL 2					
	SEXTA-FEIRA	19/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 3		PAPA DE MELÃO		FORMULA LACTEA INFANTIL 3					
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)													
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)		Proteínas (g)		Lípídeos (g)		Carboidrato (g)		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 6 meses		495,80		11,00		25,00		59,00		362,68	5,30	559,61	114,57

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs		Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs					
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	22/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE BANANA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
	TERÇA-FEIRA	23/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAÇÃ		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
	QUARTA-FEIRA	24/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAMÃO		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
	QUINTA-FEIRA	25/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE BANANA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
	SEXTA-FEIRA	26/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAÇA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1					
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)													
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)		Proteínas (g)		Lípídeos (g)		Carboidrato (g)		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 6 meses		497,89		11,00		25,00		59,00		362,61	5,29	550,65	114,07

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:

Departamento de Nutrição
SEMECTI
Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
24/07/2022

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC
Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796



CARDÁPIO BERÇÁRIO

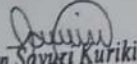
Ensino Infantil de 0 a 3 meses somente Fórmula Infantil - 4 vezes ao dia

JUNHO / 2022

Ensino Infantil de 4 a 6 meses

Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs			
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	29/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MELÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	TERÇA-FEIRA	30/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAÇA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUARTA-FEIRA	31/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAMÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	1/set	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE BANANA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	SEXTA-FEIRA	2/set	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAMÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 6 meses	491,57	11,00	25,00	58,00	364,07	5,29	563,29	119,13


Lilian Sayuki Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
24/07/2022

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796



Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs			
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	1/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA COZIDA / CARÁ)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, ABOBORA, CHUCHU)		
	TERÇA-FEIRA	2/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ FRANGO / ABOBRINHA / CENOURA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA)		
	QUARTA-FEIRA	3/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNES ISCA / CENOURA/ BATAT DOCE)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / ABOBORA)		
	QUINTA-FEIRA	4/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / ABOBORA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / BATATA DOCE)		
	SEXTA-FEIRA	5/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CENOURA / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA / BATATA)		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 8 Meses	593,84	23,00	21,00	78,00	393,89	7,03	705,97	72,00

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	8/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA / BATATA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)			
	TERÇA-FEIRA	9/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇÃ	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA / BATATA)			
	QUARTA-FEIRA	10/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO/ BATATA DOCE/ ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE CUBOS / CENOURA / CHUCHU)			
	QUINTA-FEIRA	11/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / INHAME / ABOBORA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / ABOBORA)			
	SEXTA-FEIRA	12/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CARÁ / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / BATATA)			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)		Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 8 Meses	614,52		24,00	21,00	82,00	396,27	7,33	611,58	67,01

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:

Lilian Bayuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 27/07/2022

Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
 ZAMPTEC

Maria Izaiane O. Kitakawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796

Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs	
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	15/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE ISCA / CARÁ / ABOBORA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)
	TERÇA-FEIRA	16/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / BATATA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇÃ	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)
	QUARTA-FEIRA	17/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / CARÁ)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / BATATA)
	QUINTA-FEIRA	18/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BATATA / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / CENOURA
	SEXTA-FEIRA	19/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / ABOBORA / BATATA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MELÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CHUCHU / CARÁ)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 8 Meses	604,89	23,00	21,00	80,00	392,92	7,17	490,86	88,36

SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs	
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	22/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)
	TERÇA-FEIRA	23/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA / CARÁ)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇÃ	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA DOCE / CHUCHU)
	QUARTA-FEIRA	24/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABOBORA / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO / CENOURA / ABOBRINHA
	QUINTA-FEIRA	25/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / BATATA DOCE)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU / MANDIOCA)
	SEXTA-FEIRA	26/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / ABOBRINHA / BATATA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA	SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, ABOBORA, ABOBRINHA)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 8 Meses	600,04	23,00	21,00	81,00	395,28	7,08	723,90	86,63

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:

Liliana Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.428
24/08/2022

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

Maria Iziane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796



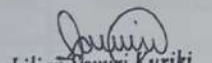
CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 6 a 8 meses

AGOSTO / 2022

Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs				
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	29/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MELÃO	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)			
	TERÇA-FEIRA	30/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS/ ABOBRINHA / ABOBORA)			
	QUARTA-FEIRA	31/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / CARÁ)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO / CARNE CUBOS / CENOURA/ CHUCHU			
	QUINTA-FEIRA	1/set	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA / ABOBRINHA / MANDIOCA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, CENOURA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)			
	SEXTA-FEIRA	2/set	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / BATATA DOCE / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA/ BATATA)			
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
8 a 12 Meses		603,62	23,00	22,00	79,00	396,33	7,26	627,80	71,56


Lilian Sayuki Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
24/08/2022

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796


Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs			Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	1/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA COZIDA / CARÁ)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO		SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, ABOBORA, CHUCHU)
	TERÇA-FEIRA	2/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ FRANGO / ABOBRINHA / CENOURA			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA)
	QUARTA-FEIRA	3/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNES ISCA / CENOURA/ BATATA DOCE)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO		SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / ABOBORA)
	QUINTA-FEIRA	4/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / ABOBORA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / BATATA DOCE)
	SEXTA-FEIRA	5/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CENOURA / ABOBRINHA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA / BATATA)
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
8 a 12 Meses		668,13	27,00	22,00	90,00	405,31	7,85	706,16	72,20

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs			Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	8/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA / BATATA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)
	TERÇA-FEIRA	9/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA / BATATA)
	QUARTA-FEIRA	10/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO/ BATATA DOCE/ ABOBRINHA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO		SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE CUBOS / CENOURA / CHUCHU)
	QUINTA-FEIRA	11/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / INHAME / ABOBORA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / ABOBORA)
	SEXTA-FEIRA	12/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CARÁ / CENOURA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / BATATA)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
8 a 12 Meses		647,90	26,00	22,00	87,00	395,00	7,29	523,51	74,34

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
23/08/2022

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs		Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs	
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	15/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE ISCA / CARÁ / ABOBORA		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)	
	TERÇA-FEIRA	16/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / BATATA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇÃ COZIDA		SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)	
	QUARTA-FEIRA	17/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / CARÁ)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / BATATA)	
	QUINTA-FEIRA	18/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BATATA / CENOURA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / CENOURA	
	SEXTA-FEIRA	19/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / ABOBORA / BATATA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MELÃO COZIDO		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CHUCHU / CARÁ)	
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
8 a 12 Meses		671,88	27,00	22,00	91,00	401,67	7,83	491,07	68,56
SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs		Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs	
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	22/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)	
	TERÇA-FEIRA	23/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA / CARÁ)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇÃ COZIDA		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA DOCE / CENOURA)	
	QUARTA-FEIRA	24/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABOBORA / ABOBRINHA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO		SOPA DE MACARRÃO / FRANGO / CENOURA / CHUCHU	
	QUINTA-FEIRA	25/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / BATATA DOCE)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA		PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / MANDIOCA)	
	SEXTA-FEIRA	26/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / ABOBRINHA / BATATA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA		SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, ABOBORA, ABOBRINHA)	
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
8 a 12 Meses		671,84	27,00	22,00	92,00	404,28	7,80	760,56	68,79

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
27/07/2022

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

Maria Iziane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

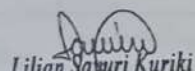


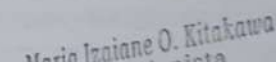
CARDÁPIO BERÇÁRIO
Ensino Infantil de 8 a 12 meses

AGOSTO / 2022

Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs				
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	29/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MELÃO COZIDO	PAPA SALGADA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA)			
	TERÇA-FEIRA	30/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS/ ABOBRINHA / ABOBORA)			
	QUARTA-FEIRA	31/ago	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / CARÁ)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO / CARNE CUBOS / CENOURA/ CHUCHU			
	QUINTA-FEIRA	1/set	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA / ABOBRINHA / MANDIOCA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, CENOURA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)			
	SEXTA-FEIRA	2/set	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / BATATA DOCE / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA/ BATATA)			
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
8 a 12 Meses		633,34	255,00	22,00	83,00	394,00	7,21	519,33	67,41


Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
27/07/2022


Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período

AGOSTO / 2022

Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs		Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs	
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	1/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA COZIDA / SALADA DE ACELGA		COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BOLINHO CHOCOLATE		SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, ABOBORA, CHUCHU) / MAMÃO	
	TERÇA-FEIRA	2/ago	COMPOSTO LACTEO / CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO C/ TOMATE / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE CAJU		VITAMINA DE MAÇÃ E BANANA / BISNAGUINHA C/ MARGARINA		CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA)	
	QUARTA-FEIRA	3/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVOS COZIDOS / SALADA DE CENOURA COZIDA COM CHUCHU / SALADA DE FRUTA		VITAMINA DE MAMÃO / BISCOITO ÁGUA E SAL / BANANA		MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE MARACUJÁ	
	QUINTA-FEIRA	4/ago	VITAMINA DE BANANA / BISCOITO MAISENA / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / PURE DE ABOBORA / SALADA DE PEPINO / LARANJA		MINGAU DE ARROZ / SALADA DE FRUTA		POLENTA / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ACELGA	
	SEXTA-FEIRA	5/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ACELGA REFOGADA / SALADA DE CENOURA / SUCO DE GOIABA		COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA E QUEIJO		ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / ABOBORA COZIDA / ESCAROLA REFOGADA / MELANCIA	
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
DE 1 A 3 ANOS		911,00	35,00	20,00	147,00	299,77	6,61	303,59	64,42
SEMANA		DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs		Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs	
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	8/ago	VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO/ SUCO DE MANGA		COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO		CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA) / MELÃO	
	TERÇA-FEIRA	9/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / SALADA DE CENOURA / ACELGA REFOGADA / MAÇA		VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / BISCOITO ÁGUA E SAL		ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / PURÊ DE BATATA / SALADA DE PEPINO	
	QUARTA-FEIRA	10/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO / OVOS COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ALFACE		COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA		MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS / SALADA DE CHUCHU / SUCO DE GOIABA	
	QUINTA-FEIRA	11/ago	VITAMINA DE BANANA / BISCOITO MAISENA / SALADA DE FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / INHAME COZIDO / SALADA DE PEPINO / SUCO DE UVA		COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA		POLENTA / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS AO MOLHO / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ACELGA / BANANA	
	SEXTA-FEIRA	12/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / BOLINHO DE CHOCOLATE / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / ACELGA REFOGADA / SALADA DE CENOURA		MINGAU DE MILHO / SALADA DE FRUTA		ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CENOURA COZIDA / REPOLHO REFOGADO	
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
DE 1 A 3 ANOS		938,08	36,00	21,00	152,00	306,18	7,18	320,21	39,40

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:

Lilian Sayuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 28/07/2022

Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

Departamento de Nutrição
 ZAMPTEC

Maria Izaiane O. Kitakawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

AGOSTO / 2022

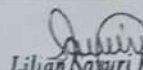
Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período

Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs			
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	15/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE PEPINO	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) / MAMÃO		
	TERÇA-FEIRA	16/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE / PURÊ DE BATATA / SALADA DE ACELGA / SUCO DE CAJU	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO, CARNE CUBOS) / LARANJA		
	QUARTA-FEIRA	17/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE / MAÇA	MINGAU DE AVEIA / SALADA DE FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVOS MEXIDOS C/ TOMATE E QUEIJO / SALADA DE ALFACE / SUCO DE MARACUJÁ		
	QUINTA-FEIRA	18/ago	VITAMINA DE MAÇÃ C/ MAMÃO / BISCOITO LEITE / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FIGADO C/ TOMATE / BATATA COZIDA / SALADA DE CENOURA / SUCO DE GOIABA	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE REPOLHO		
	SEXTA-FEIRA	19/ago	COMPOSTO LACTEO COM CAFÉ / PÃO DE FORMA COM QUEIJO	POLENTA / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBORA COZIDA / SALADA DE BATATA	VITAMINA DE BANANA C/ CEREAL / SALADA DE FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ACELGA / MELÃO		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
1 ano a 3 anos	914,17	35,00	21,00	146,00	312,65	6,80	557,24	73,30
SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs	Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs	Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	22/ago	VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / SALADA DE CENOURA / REPOLHO REFOGADO	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA) / MELÃO		
	TERÇA-FEIRA	23/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE UVA	VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / BISCOITO ÁGUA E SAL	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / PURE DE BATATA DOCE / SALADA DE PEPINO		
	QUARTA-FEIRA	24/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA / MELÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVOS COZIDOS AO VINAGRETE/ ABOBORA REFOGADA / SALADA DE ACELGA	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE ABOBRINHA / SUCO DE GOIABA / BANANA		
	QUINTA-FEIRA	25/ago	MINGAU DE MILHO / SALADA DE FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / CENOURA COZIDA / SUCO DE MANGA	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO	POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA C/ MOLHO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ACELGA		
	SEXTA-FEIRA	26/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BOLINHO DE LARANJA / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO C/TOMATE / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE REPOLHO	VITAMINA DE MAMÃO / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, ABOBORA, ABOBRINHA) SALADA DE FRUTA		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
1 ano a 3 anos	927,66	36,00	21,00	149,00	302,93	6,81	312,79	45,31

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA

Aprovação:


 Lilian Sayuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 24/08/2022

 Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

 Departamento de Nutrição
 ZAMPTEC

Maria Izaiane O. Kitakawa
 Nutricionista
 CRN-3 53796



CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

Período Parcial Manhã - 8:00 hs às 12:00 hs / Período Parcial Tarde - 13:00 hs às 17:00 hs / Período

AGOSTO / 2022

Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

Integral - 8:00 hs às 17:00 hs								
SEMANA	DATA	Desjejum = 08:00 hs às 08:30 hs	Almoço = 10:00 hs às 11:00 hs		Lanche = 13:00 hs às 13:30 hs		Jantar = 15:00 hs às 16:00 hs	
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	29/ago	VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA/ BISNAGUINHA C/ MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / MAÇA		COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO		CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA) / MELÃO
	TERÇA-FEIRA	30/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / SALADA DE CENOURA / REPOLHO REFOGADO / MELANCIA		VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / BISCOITO ÁGUA E SAL		ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / ABOBRINHA REF. / SALADA DE REPOLHO/ SUCO DE TANJERINA
	QUARTA-FEIRA	31/ago	COMPOSTO LACTEO C/ CEREAL / MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVOS COZIDOS / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ACELGA/ SUCO DE CAJU		COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / SALADA DE FRUTA		MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS / CENOURA COZIDA / SALADA DE CHUCHU / SUCO DE GOIABA
	QUINTA-FEIRA	1/set	VITAMINA DE BANANA / BISCOITO MARIA	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECORA EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE PEPINO		MINGAU DE MILHO / BANANA		SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, CENOURA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)
	SEXTA-FEIRA	2/set	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / SALADA DE FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / PURÊ DE BATATA DOCE / SALADA DE ACELGA		COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO BISNAGUINHA C/ MARGARINA		POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE BATATA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
DE 1 A 3 ANOS	881,63	34,00	19,00	143,00	288,80	6,64	318,49	47,94


Lilian Sayuki Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
24/08/2022


Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796