

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

SEMANA	DATA	Desjejum		Almoço			Lanche		
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	7/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE HOT C/ MARGARINA		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO			SUCO DE LIMÃO / PÃO DE HAMBURGUER C/ PERNIL E ACELGA FATIADA	
	TERÇA-FEIRA	8/nov	IOGURTE / BOLINHO DE COCO / MELANCIA		ARROZ / FEIJÃO / PERNIL C/ TOMATE E PIMENTÃO* / BATATA COZIDA / SALADA DE ACELGA			LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MELANCIA	
	QUARTA-FEIRA	9/nov	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE HOT C/ MARGARINA /		ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / MANDIOCA COZIDA / SALADA DE CHUCHU			SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO C/ REPOLHO / MAÇÃ	
	QUINTA-FEIRA	10/nov	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO, TOMATE E PEPINO* / MAÇA		MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA/ CENOURA COZIDA / SALADA DE ACELGA E PEPINO*			IOGURTE / BOLINHO DE COCO / MELANCIA	
	SEXTA-FEIRA	11/nov	VITAMINA DE ABACATE* / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / BANANA		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO C/ TOMATE* / ABOBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO			SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E CENOURA RALADA / PÊSSEGO*	
	44632								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)	
6 - 10 anos	1078,53	41,00	26,00	169,00	518,10	5,59	354,53	67,44	
SEMANA	DATA	Desjejum		Almoço			Lanche		
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	14/nov	POTNTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO			PONTO FACULTATIVO	
	TERÇA-FEIRA	15/nov	FERIADO		FERIADO			FERIADO	
	QUARTA-FEIRA	16/nov	LEITE C/ CAFÉ / PAO DE HOT DOG C/ MARGARINA / MELANCIA		ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ QUEIJO E TOMATE / CARÁ COZIDO / SALADA DE BETERRABA COZIDA			SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA / MAÇA	
	QUINTA-FEIRA	17/nov	LEITE C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MAÇÃ		MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE CENOURA			LEITE COM CHOCOLATE/ PÃO DE FORMA COM MARGARINA / BANANA	
	SEXTA-FEIRA	18/nov	LEITE C/ CAFÉ / PAO DE FORMA C/ MARGARINA /		ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO			SUCO DE LARANJA / PÃO HAMBURGUER COM CARNE MOIDA E REPOLHO FATIADO	
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)	
6 - 10 anos	924,40	33,51	18,93	155,00	321,81	4,55	284,70	18,72	

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

Aprovação


Lílian Siqueira Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Bruna Viana Santos
Nutricionista
CRN3 44406

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

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

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	21/nov	IOGURTE /BOLINHO DE CHOCOLATE / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA COZIDA /SALADA DE PEPINO	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER / CARNE MOIDA COM REPOLHO FATIADO / MELANCIA			
	TERÇA-FEIRA	22/nov	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE HOT DOG C/ MARGARINA / PÊSSEGO*	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA / SALADA DE REPOLHO	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MAÇA			
	QUARTA-FEIRA	23/nov	LEITE COM CAFÉ / BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE* / SALADA DE ACELGA E CENOURA	SUCO DE CAJU / PÃO DE HOT DOG C/ FRANGO / ACELGA FATIADA			
	QUINTA-FEIRA	24/nov	IOGURTE / CEREAL / BANANA	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / (JOGO BR)	VITAMINA DE ABACATE* / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA			
	SEXTA-FEIRA	25/nov	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE FÓRMA COM QUEIJO /	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA E VAGEM* COZIDA / SALADA DE ACELGA	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER COM OVO MEXIDO QUEIJO E TOMATE / BANANA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos	1062,88	39,00	24,00	172,00	443,31	5,04	310,74	30,13
SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	28/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE HOT COM REQUEIJÃO / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CENOURA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / (JOGO BR)	SUCO DE MARACUJÁ /PÃO DE HAMBURGUER COM CARNE MOIDA E ACELGA			
	TERÇA-FEIRA	29/nov	LEITE C/ CHOCOLATE /PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / BATATA COZIDA	LEITE COM CHOCOLATE /PÃO DE FORMA COM MARGARINA / MAÇA			
	QUARTA-FEIRA	30/nov	IOGURTE COM CEREAL / BANANA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO	SUCO DE LIMÃO / PÃO DE HAMBURGUER COM FRANGO E REPOLHO FATIADO			
	QUINTA-FEIRA	1/dez	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE FORMA COM QUEIJO/ MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BETERRABA COZIDA	IOGURTE / BOLINHO / MELANCIA			
	SEXTA-FEIRA	2/dez	LEITE COM CHOCOLATE / BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE CENOURA / (JOGO BR)	SUCO DE UVA/ PÃO DE HOT COM PERNIL E CENOURA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos	1071,18	41,00	24,00	172,00	517,05	5,75	379,97	35,52

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA* / ** AGRICULTURA FAMILIAR / * salinha e cabotinho da agricultura familiar deverá ser colocada em todas as preparações

Aprovação


 Lilian Yuri Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426

 Departamento de Nutrição
 SEMECTI

Elaboração:

 Bruna Vieira Santos
 Nutricionista
 CRN3 44406

 Departamento de Nutrição
 ZAMPTec

CARDÁPIO LANCHE

**NOVEMBRO /
2022**

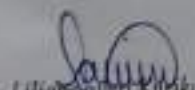
*Ensino Infantil - de 4 anos à 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental -
de 6 anos à 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos*

Período 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			
1ª SEMANA	7/nov	8/nov	9/nov	10/out	11/nov			
	IOGURTE / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MELANCIA	SUCO DE LIMÃO / PÃO DE HAMBURGUER C/ PERNIL, PIMENTÃO* E ACELGA FATIADA / PÊSSEGO*	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO, TOMATE* e PEPINO* / BANANA	SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESMIADO CENOURA RALADA / MAÇÃ	VITAMINA DE ABACATE* / PÃO DE HOT C/ MARGARINA / MELANCIA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrat o (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	347,40	10,98	8,71	56,27	211,90	0,32	112,32	4,92
6 - 10 anos	369,02	11,61	9,14	59,78	157,12	1,31	93,94	7,01
> 15 anos	435,77	14,08	12,84	65,97	188,38	1,32	119,92	12,45
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
2ª SEMANA	14/nov	15/nov	16/nov	17/nov	18/nov			
	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	LEITE C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MAÇÃ	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESMIADO E REPOLHO FATIADO /BANANA	LEITE C/ CAFÉ / PAO DE FORMA C/ MARGARINA /MAÇA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrat o (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	408,11	10,91	8,20	72,66	104,70	0,44	41,91	2,51
6 - 10 anos	437,26	11,88	9,28	76,54	197,26	0,85	77,29	4,5
> 15 anos	509,67	15,37	10,07	89,4	239,41	0,9	95,27	4,81

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

Aprovação


 Lilian dos Santos Kuri
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Bruna Viana Santos
 Nutricionista
 CRN3 44406

Departamento de Nutrição
ZAMPTec

CARDÁPIO LANCHE

NOVEMBRO /
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 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
	21/nov	22/nov	23/nov	24/nov	25/nov
3ª SEMANA	IOGURTE / BOLINHO DE CHOCOLATE / MAÇA	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER / CARNE MOIDA / REPOLHO FATIADA/ MELANCIA	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / BANANA	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ OVO MEXIDO (TOMATE E QUEIJO) (JOGO BR)	VITAMINA DE ABACATE*/ BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAÇA E PÊSSEGO*

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

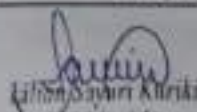
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	401,68	11,68	10,19	65,80	206,72	1,35	71,46	4,83
6 - 10 anos	446,54	13,82	9,47	76,51	226,44	1,43	90,75	6,46
> 15 anos	540,46	15,53	14,03	88,02	264,12	1,99	80,75	6,51

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/nov	29/nov	30/nov	1/dez	2/dez
4ª SEMANA	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO / MELANCIA (JOGO BR)	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER COM CARNE MOIDA E ACELGA	IOGURTE COM CEREAL/ BANANA	SUCO DE UVA / PÃO DE HOT COM PERNIL E CENOURA / MELANCIA	LEITE COM CHOCOLATE / BISNAGUINHA COM MARGARINA / MAÇA (JOGO BR)

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	370,78	10,03	7,01	66,91	134,10	1,00	74,38	5,29
6 - 10 anos	400,24	10,86	7,84	71,56	149,22	1,08	95,92	6,47
> 15 anos	474,69	13,63	8,61	85,68	211,03	1,08	131,01	7,84

Aprovação


Lilian Savini Aliriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SEMECTI

0

Elaboração:


Bruna Viana Santos
Nutricionista
CRN3 44456

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

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	7/nov	8/nov	9/nov	10/out	11/nov			
	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO /	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE E PIMENTÃO* / BATATA COZIDA / SALADA DE ACELGA /	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / MANDIOCA COZIDA / SALADA DE CHUCHU / MAÇA	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA/ CENOURA COZIDA / SALADA DE ACELGA E PEPINO* / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO C/ TOMATE* / ABOBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO / MAÇA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrat o (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	334,86	17,96	5,64	53,08	65,17	3,45	92,38	19,69
6 - 10 anos	410,65	22	7	65	90,27	4,37	173,2	32,3
> 15 anos	523,67	25	10	83	101,34	4,62	241,51	51,01
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
2ª SEMANA	14/nov	15/nov	16/nov	17/nov	18/nov			
	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ QUEUO / CARÁ COZIDO / SALADA DE BETERRABA COZIDA /	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE CENOURA/MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / MAÇA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrat o (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	347,78	15,93	5,53	58,56	67,86	3,08	109,17	9,95
6 - 10 anos	336,3	17,15	5,55	54,43	70,88	3,47	171,61	43,11
> 15 anos	443,67	14	4	44	51,47	2,56	126,19	32,46

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

Aprovação


Lilian Steyer Kariki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Bruna Vilela Santos
Nutricionista
CRN3 44406

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

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			
3ª SEMANA	21/nov	22/nov	23/nov	24/nov	25/nov			
	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA COZIDA /SALADA DE PEPINO/ MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE* / SALADA DE ACELGA C CENOURA / MAÇA E	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO (JOGO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA E VAGEM COZIDA* / SALADA DE ACELGA / BANANA			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrat o (g)	Calcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	363,93	15,89	7,76	57,64	58,90	3,12	115,72	15,09
6 - 10 anos	403,79	18	7	63	66,56	3,74	116,34	28,96
> 15 anos	521,38	25	10	82	79,02	4,52	129,9	16,04
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
4ª SEMANA	28/nov	29/nov	30/nov	1/dez	2/dez			
	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CENOURA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / MELANCIA (JOGO BR)	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / BATATA COZIDA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BETERRABA COZIDA / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE CENOURA / MELANCIA (JOGO BR)			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrat o (g)	Calcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	310,54	14,83	5,47	50,50	52,62	3,14	81,90	10,12
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* / ** AGRICULTURA FAMILIAR / * salsinha e cebolinha da agricultura familiar deverá ser colocada em todas as refeições

Aprovação


Lilian Sanyuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:

Bruna Viana Santos
Nutricionista
CRN3 44406

Departamento de Nutrição
ZAMPTec

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				
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	7/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE HOT C/ MARGARINA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO	LEITE C/ CHOCOLATE/ PÃO DE FORMA C/ MARGARINA			
	TERÇA-FEIRA	8/nov	SUCO DE LIMÃO / PÃO DE HAMBURGUER C/ PERNIL E ACELGA FATIADA	ARROZ / FEIJÃO /PERNIL C/ TOMATE E PIMENTÃO* / BATATA COZIDA / SALADA DE ACELGA	LEITE C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MELANCIA			
	QUARTA-FEIRA	9/nov	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO, TOMATE E PEPINO* / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / MANDIOCA COZIDA / SALADA DE CHUCHU	SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO C/ REPOLHO / MAÇA			
	QUINTA-FEIRA	10/nov	SUCO DE CAJU / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO CENOURA RALADA	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA/ CENOURA COZIDA / SALADA DE ACELGA E PEPINO*	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER C/ CARNE MOIDA E CENOURA RALADA / PÊSSEGO*			
	SEXTA-FEIRA	11/nov	VITAMINA DE ABACATE* / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO C/ TOMATE* / ABOBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO	IOGURTE / BOLINHO DE COCO / MELANCIA			
44632								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 10 anos	1084,68	42,00	24,00	176,00	466,48	5,70	341,91	55,82
SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	14/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO			
	TERÇA-FEIRA	15/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
	QUARTA-FEIRA	16/nov	LEITE C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ QUEIJO E TOMATE / CARÁ COZIDO / SALADA DE BETERRABA COZIDA	SUCO DE GOIABA / PÃO HOT DOG C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA / MELANCIA			
	QUINTA-FEIRA	17/nov	SUCO DE GOIABA / PÃO DE HAMBURGUER C/ FRANGO DESFIADO E REPOLHO FATIADO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE CENOURA	LEITE COM CHOCOLATE/ PÃO DE FORMA COM MARGARINA			
	SEXTA-FEIRA	18/nov	LEITE C/ CAFÉ / PAO DE FORMA C/ MARGARINA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO	IOGURTE / PÃO BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / BANANA			
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	1051,68	38,40	21,76	175,55	390,12	5,94	309,12	42,55

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

Aprovação


Lilian Syuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição

SEMECTI

Elaboração:

Bruna Vilela Santos
Nutricionista
CRN3 44406

Departamento de Nutrição

ZAMPTEC

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

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	21/nov	IOGURTE /BOLINHO DE CHOCOLATE / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA COZIDA /SALADA DE PEPINO	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER / CARNE MOIDA COM REPOLHO FATIADO / MELÂNCIA			
	TERÇA-FEIRA	22/nov	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE HAMBURGUER COM CARNE MOIDA E REPOLHO REFOGADO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA / SALADA DE REPOLHO	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / MAÇA			
	QUARTA-FEIRA	23/nov	LEITE COM CAFÉ / BISNAGUINHA COM MARGARINA / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE* / SALADA DE ACELGA E CENOURA	SUCO DE CAJU / PÃO DE HOT DOG C/ FRANGO / ACELGA FATIADA / PÊSSEGO			
	QUINTA-FEIRA	24/nov	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE HOT DOG COM OVO MEXIDO (TOMATE E QUEIJO)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / (JOGO BR)	VITAMINA DE ABACATE* / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA			
	SEXTA-FEIRA	25/nov	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE FORMA COM QUEIJO / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA E VAGEM* COZIDA / SALADA DE ACELGA	IOGURTE / CEREAL / BANANA			
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	1050,43	39,00	23,00	172,00	396,55	5,16	333,75	30,67
SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	28/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE HOT COM REQUEIJÃO / MELÂNCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CENOURA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO (JOGO BR)	SUCO DE LIMÃO / PÃO DE HAMBURGUER COM FRANGO E REPOLHO FATIADO			
	TERÇA-FEIRA	29/nov	SUCO DE MARACUJÁ /PÃO DE HAMBURGUER COM CARNE MOIDA E ACELGA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / BATATA COZIDA	LEITE COM CHOCOLATE / BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO / MAÇA			
	QUARTA-FEIRA	30/nov	IOGURTE COM CEREAL / BANANA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO	SUCO DE UVA / PÃO DE HOT DOG COM CARNE MOIDA E CENOURA RALADA			
	QUINTA-FEIRA	1/dez	SUCO DE UVA/ PÃO DE HOT COM PERNIL E CENOURA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BETERRABA COZIDA	IOGURTE / BOLINHO / MELÂNCIA			
	SEXTA-FEIRA	2/dez	LEITE COM CHOCOLATE / BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE CENOURA / (JOGO BR)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE FORMA COM QUEIJO / BANANA			
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* / ** AGRICULTURA FAMILIAR / * salsinha e cebolinha da agricultura familiar deverá ser colocada em todas as preparações

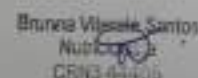
Aprovação


Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição

SEMECTI

Elaboração:


Brunna Vilela Santos
Nutricionista
CRN3-44403

Departamento de Nutrição

ZAMPTEC

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	7/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MELÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	TERÇA-FEIRA	8/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE PÊSSEGO*	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUARTA-FEIRA	9/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE BANANA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	10/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAÇA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	SEXTA-FEIRA	11/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE ABACATE*	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	484,91	11,00	25,00	57,00	360,98	5,29	555,71	507,50
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	14/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		
	TERÇA-FEIRA	15/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO		
	QUARTA-FEIRA	16/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAMÃO	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	17/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE MAÇA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	SEXTA-FEIRA	18/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	PAPA DE BANANA	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	496,21	10,71	24,59	59,00	363,68	5,29	555,61	117,62

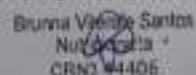
* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR

Aprovação:


Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Elaboração:


Brunna Viana Santos
Nutricionista
CRN3 44406

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

Período Parcial Infantil - 08:00 hs às 22:00 hs / Segunda-Feira - 08:00 hs às 22:00 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	21/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAÇA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	TERÇA-FEIRA	22/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAMÃO		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUARTA-FEIRA	23/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MELÃO		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUINTA-FEIRA	24/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE ABACATE*		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	SEXTA-FEIRA	25/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE BANANA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
INFORMACOES 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	495,64	11,00	25,00	57,00	362,71	5,29	561,95	112,54
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	28/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MELÃO		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	TERÇA-FEIRA	29/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAÇA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUARTA-FEIRA	30/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE BANANA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUINTA-FEIRA	1/dez	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAMÃO		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
	SEXTA-FEIRA	2/dez	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		PAPA DE MAÇA		FORMULA LACTEA INFANTIL 1
INFORMACOES 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	494,48	11,00	25,00	59,00	362,61	5,27	561,81	112,54

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

Aprovação:

Departamento de Nutrição
SEMECTI
Núcleo de Nutrição
CRN3 - 31.420

Elaboração:

Bruna Viana Santos
Núcleo de Nutrição
CRN3 - 31.406

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC

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	7/nov	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	8/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE PÊSSEGO*		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA C/ PIMENTÃO* / ABOBRINHA / ABOBORA)
	QUARTA-FEIRA	9/nov	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	10/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOPA / ABOBRINHA / MANDIOCA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA		SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, CENOURA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)
	SEXTA-FEIRA	11/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / BATATA DOCE / CENOURA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE ABACATE*		PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA/ BATATA)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 8 Meses	592,25	23,00	22,00	76,00	394,07	7,03	708,12	71,83
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	14/nov	PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO	
	TERÇA-FEIRA	15/nov	FERIADO		FERIADO		FERIADO	
	QUARTA-FEIRA	16/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ/ FEIJÃO / CARNE MOIDA / BATATA/ CHUCHU)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO		SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / ABOBORA
	QUINTA-FEIRA	17/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BATATA DOCE / ABOBRINHA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA		PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / MANDIOCA)
	SEXTA-FEIRA	18/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / BATATA)		FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA		PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CENOURA / ABOBRINHA)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 - 8 Meses	553,88	22,56	18,49	75,18	342,01	6,62	649,12	41,07

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

Aprovação:

Li...
Nº...
CRP... 31.426

Departamento de Nutrição
SEMICI

Elaboração:

Bruna Vilarde-Santos
Nº...
CRP... 44406

Departamento de Nutrição
ZAMPTEX

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	21/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / ABOBORA / ABOBRINHA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU / BATATA)		
	TERÇA-FEIRA	22/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO /CARNE CUBOS/ BATATA / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE PÊSSEGO*	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO, COUVE* E CARNE CUBOS)		
	QUARTA-FEIRA	23/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / BETERRABA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MELÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / ABOBORA/ CHUCHU)		
	QUINTA-FEIRA	24/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE ABACATE*	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / CENOURA		
	SEXTA-FEIRA	25/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO/ CHUCHU / BATATA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	CANIA (ARROZ, FRANGO, CENOURA, VAGEM* E BATATA)		
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	604,49	24,00	22,00	78,00	397,80	7,19	511,41	76,52
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	28/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA REFOGADA / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MELÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA / ABOBORA)		
	TERÇA-FEIRA	29/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / CARÁ)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO /CARNE MOIDA / CHUCHU / MANDIOCA)		
	QUARTA-FEIRA	30/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / CHUCHU / ABOBORA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE BANANA	CANIA (ARROZ / FRANGO / BATATA / CENOURA)		
	QUINTA-FEIRA	1/dez	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA DOCE / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA COZIDA / CHUCHU		
	SEXTA-FEIRA	2/dez	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CARÁ / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PAPA DE MAÇA	SOPA DE LEGUMES (INHAME, ABOBRINHA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)		
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	596,62	23,00	21,00	80,00	393,83	7,06	511,44	85,09

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR / salsinha e cebolinha da agricultura familiar deverá ser colocada em todas

Assinatura: 
Lívia Maria
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SEMECTI

Assinatura: 
Bruna Viana
Nutricionista
CRN3 44405

Departamento de Nutrição
ZAMPTec

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 15:30 hs	
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	7/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / ABOBRINHA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MELÃO COZIDO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO, BATATA, CENOURA)	
	TERÇA-FEIRA	8/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / CENOURA / CHUCHU			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PÊSSEGO*	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA C/ PIMENTÃO* / ABOBRINHA / ABOBORA)	
	QUARTA-FEIRA	9/nov	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	10/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECORA / TOMATE* / ABOBRINHA / MANDIOCA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, CENOURA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)	
	SEXTA-FEIRA	11/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / BATATA DOCE / CENOURA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / ABACATE*	PAPA SALGADA (POLENTA / 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		666,69	27,00	23,00	88,00	405,52	7,85	708,58	70,28
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 15:30 hs	
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	14/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO			PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO
	TERÇA-FEIRA	15/nov	FERIADO	FERIADO			FERIADO		FERIADO
	QUARTA-FEIRA	16/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ/ FEIJÃO / CARNE MOIDA / BATATA/ CHUCHU)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / ABOBORA	
	QUINTA-FEIRA	17/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BATATA DOCE / ABOBRINHA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / MANDIOCA)	
	SEXTA-FEIRA	18/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / BATATA)			FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CENOURA COZIDA / 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		565,14	23,70	18,42	76,53	343,80	6,81	428,33	54,78

Aprovação: 
 Leticia Kurik
 CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
 NEMECT

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

Elaboração:

Bruna Vilela Santos
 Nutricionista
 CRN3 44406

Departamento de Nutrição
 ZAMPET

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	21/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / ABOBORA / ABOBRINHA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU / BATATA)		
	TERÇA-FEIRA	22/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / PÊSSEGO COZIDO*	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO, COUVE* CARNE CUBOS)		
	QUARTA-FEIRA	23/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / BETERRABA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MELÃO COZIDO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / ABOBORA / CHUCHU)		
	QUINTA-FEIRA	24/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / ABACATE*	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / CENOURA		
	SEXTA-FEIRA	25/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / FRANGO / CHUCHU / BATATA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	CANIA (ARROZ, FRANGO, VAGEM*, CENOURA E BATATA)		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6 a 12 Meses	671,74	28,00	23,00	90,00	406,96	7,86	511,55	10,33
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	28/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA REFOGADA / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MELÃO COZIDO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA / ABOBORA)		
	TERÇA-FEIRA	29/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / CENOURA / CARÁ)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA	PAPA SALGADA (POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU / MANDIOCA)		
	QUARTA-FEIRA	30/nov	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / CHUCHU / ABOBORA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	CANIA (ARROZ / FRANGO / BATATA / CENOURA)		
	QUINTA-FEIRA	1/dez	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / BATATA DOCE / ABOBRINHA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA / CHUCHU		
	SEXTA-FEIRA	2/dez	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CARÁ / CENOURA)	FORMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA COZIDA	SOPA DE LEGUMES (INHAME, ABOBRINHA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)		
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	668,42	27,00	22,00	91,00	403,83	7,77	718,52	61,26

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR / salsinha e cebolinha da agricultura familiar deverá ser colocada em todas as prep

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 Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

NOVEMBRO / 2022

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	7/nov	VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA/ BISNAGUINHA C/ MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE BETERRABA		COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO / MAMÃO		CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA) / MELÃO		
	TERÇA-FEIRA	8/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / SALADA DE CENOURA / ESPINAFRE REFOGADO / MELANCIA		VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / BISCOITO ÁGUA E SAL		ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA C/ PIMENTÃO* / ABOBRINHA REFOGADO / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE		
	QUARTA-FEIRA	9/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CEREAL / PÊSSEGO*	ARROZ / FEIJÃO / OVOS COZIDOS / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ACELGA E PEPINO* / SUCO DE CAJU		COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BISNAGUINHA C/ MARGARINA		MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS / CHUCHU COZIDO / SALADA DE CENOURA COZIDA / SUCO DE GOIABA		
	QUINTA-FEIRA	10/nov	VITAMINA DE BANANA / BISCOITO MARIA / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECORA EM CUBOS C/ TOMATE* / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE PEPINO		MINGAU DE MILHO / SALADA DE FRUTA		SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, CENOURA, MACARRÃO, CARNE CUBOS)		
	SEXTA-FEIRA	11/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / SALADA DE FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / PURÊ DE BATATA DOCE / SALADA DE ACELGA / MAÇÃ		VITAMINA DE ABACATE* / PÃO BISNAGUINHA C/ MARGARINA		POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA COZIDA / SALADA DE BATATA		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)										
FAIXA ETÁRIA			Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
DE 1 A 3 ANOS			900,45	35,00	20,00	144,00	300,09	6,59	300,91	64,18
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	14/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO		
	TERÇA-FEIRA	15/nov	FERIADO	FERIADO		FERIADO		FERIADO		
	QUARTA-FEIRA	16/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BISCOITO ÁGUA E SAL	ARROZ/ FEIJÃO / OVOS COZIDO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ABOBRINHA / LARANJA		VITAMINA DE MAMÃO / BISNAGUINHA COM MARGARINA		MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE REPOLHO		
	QUINTA-FEIRA	17/nov	VITAMINA DE BANANA / BISCOITO MAISENA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BATATA DOCE / SALADA DE PEPINO		COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO		POLENTA / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS AO MOLHO / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ACELGA / SUCO DE UVA		
	SEXTA-FEIRA	18/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO / SALADA DE FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO / ACELGA REFOGADA / SALADA DE CENOURA / SUCO DE GOIABA		COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / BOLINHO DE LARANJA / MAÇÃ		ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO / CENOURA COZIDA / REPOLHO REFOGADO		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)										
FAIXA ETÁRIA			Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
DE 1 A 3 ANOS			987,42	36,68	21,67	161,60	349,84	9,39	371,39	48,29

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

Aprovação:

Li.ª **Yanira Xirika**
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento de Nutrição
SENECTI

Elaboração:

Bruna Vilela Santos
Nutricionista
CRN3 44406

Departamento de Nutrição
ZAMPTEC



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 Integral - 8:00 hs às 17:00 hs

NOVEMBRO / 2022

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
SEGUNDA-FEIRA	21/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE PEPINO	VITAMINA DE MAMÃO / BISCOITO ÁGUA E SAL / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ACELGA / MELANCIA
TERÇA-FEIRA	22/nov	VITAMINA DE BANANA C/ CEREAL / PÊSSEGO*	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE / COUVE* / PURÊ DE BATATA / SALADA DE ACELGA / SUCO DE CAJU	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO / CARNE CUBOS) / SALADA DE FRUTA
QUARTA-FEIRA	23/nov	MINGAU DE MILHO / MAMÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / OVOS MEXIDOS C/ TOMATE E QUEIJO / ABOBORA REFOGADA / SALADA DE ACELGA
QUINTA-FEIRA	24/nov	VITAMINA DE MAÇA C/ MAMÃO / BISCOITO LEITE / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FIGADO C/ TOMATE / BATATA DOCE / SALADA DE CENOURA / SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE ABACATE* / BISNAGUINHA C/ MARGARINA / MAÇA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE MARACUJÁ
SEXTA-FEIRA	25/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BISNAGUINHA C/ REQUEIJÃO	POLENTA / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / CHUCHU / SALADA DE BATATA	COMPOSTO LACTEO COM CAFÉ / PÃO DE FORMA COM QUEIJO	CANJA (ARROZ, FRANGO, VAGEM*, CENOURA E BATATA) / SALADA DE FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
1 ano a 3 anos	923,31	35,00	21,00	147,00	314,68	6,87	580,19	64,83

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
SEGUNDA-FEIRA	28/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA REFOGADA / ABOBRINHA SALADA / SUCO DE ACEROLA	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO BISNAGUINHA C/ MARGARINA (REUNIÃO PAIS E MESTRES)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABOBORA COZIDA / SALADA DE CHUCHU / SUCO DE CAJU
TERÇA-FEIRA	29/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CEREAL / MAÇA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / CARÁ COZIDO / SALADA DE CENOURA / SUCO DE GOIABA	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE FORMA C/ REQUEIJÃO	POLENTA / FEIJÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ACELGA
QUARTA-FEIRA	30/nov	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / BOLINHO DE COCO	MACARRÃO AO SUGO / CARNE ISCA / CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO	VITAMINA DE MAÇA C/ BANANA / BISNAGUINHA C/ MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE / ABOBORA COZIDA / SALADA DE BATATA
QUINTA-FEIRA	1/dez	COMPOSTO LACTEO C/ CHOCOLATE / PÃO DE FORMA C/ QUEIJO / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO COM TOMATE / PURÊ DE BATATA DOCE / SALADA DE ACELGA	MINGAU DE ARROZ / MAÇA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA) / SALADA DE FRUTA
SEXTA-FEIRA	2/dez	VITAMINA DE MAMÃO / BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / CARÁ / SALADA DE ACELGA / SALADA DE FRUTA	COMPOSTO LACTEO C/ CAFÉ / PÃO DE FORMA C/ MARGARINA	SOPA DE LEGUMES (INHAME, ABOBRINHA, MACARRÃO, CARNE CUBOS) / MAMÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (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	512,79	45,11

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR / salsinha e cebolinha da agricultura familiar deverá ser colocada em todas as preparações

Aprovação:

Prof.ª Karli

Departamento de Nutrição

REMETE

Elaboração:

Bruna Viana Santos

Nutricionista

Departamento de Nutrição

ZAMPTEC