

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Novembro / 2023



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

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Manhã / Tarde / Vespertino	30/out	31/out	1/nov	2/nov	3/nov			
	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA C/ CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ	IOGURTE C/ BOLINHO DE CHOCOLATE	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PONTO FACULTATIVO			
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	346,40	14,05	8,80	52,74	189,53	2,01	76,34	3,64
6 - 10 anos	381,16	16,14	10,13	56,37	228,03	2,26	80,70	3,68
> 15 anos	383,33	16,74	10,50	60,67	248,54	2,65	90,27	6,05

1ª SEMANA		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
Intermediário / Noturno	30/out	31/out		1/nov		2/nov		3/nov			
	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA C/ CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ		ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ MANDIOCA COZIDA / SALADA DE ACELGA		PONTO FACULTATIVO		FERIADO		PONTO FACULTATIVO		
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	336,41	16,26	5,96	54,43	53,21	3,36	47,92	7,45			
6 - 10 anos	384,86	18,80	6,48	62,82	63,23	3,89	64,75	9,30			
> 15 anos	499,61	25,57	8,36	80,52	77,92	4,83	81,82	11,31			
* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a oferta/produção.											

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a oferta/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semeci

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

Liane Sáez Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 26.10.2023

Deborn O Santana
 Nutricionista
 CRN3 57579

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Novembro/ 2023

Ensino Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /

Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



2ª SEMANA		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Manhã / Tarde / Vespertino	6/nov	7/nov	8/nov	9/nov	10/nov			
	ARROZ C/ CENOURA / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA / SALADA DE CENOURA / MELANCIA	SUCO DE UVA / PÃO DE SAL / CARNE MOÍDA COM REPOLHO FATIADO / BANANA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESEFIADO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE ACELGA / MAÇÃ			
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	420,58	15,53	9,61	68,00	94,03	2,44	172,44	13,01
6 - 10 anos	436,69	16,94	9,97	69,78	94,37	2,55	176,78	13,27
> 15 anos	456,29	20,08	10,32	71,53	111,86	3,05	179,52	14,85

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Intermediário / Noturno	6/nov	7/nov	8/nov	9/nov	10/nov			
	ARROZ C/ CENOURA / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA COZIDA / SALADA DE CENOURA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA / SALADA DE CENOURA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ MANDIOCA / SALADA DE PEPINO / BANANA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE ACELGA / MAÇÃ			
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	344,73	19,36	5,69	54,03	74,28	3,56	198,00	18,70
6 - 10 anos	366,94	19,57	7,38	55,54	77,59	3,76	205,29	19,12
> 15 anos	496,31	26,37	9,08	77,26	97,76	4,94	265,37	22,34
* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, conforme a safral/produção.								

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar sendo ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Lilian D'Oliveira Kuriki
 Nutricionista
 CRN3 - 31.426
 26.10.2023

Deborá D. Santana
 Nutricionista
 CRN3 57579

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Novembro / 2023



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

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

3ª SEMANA		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA							
Manhã / Tarde / Vespertino		13/nov		14/nov		15/nov		16/nov		17/nov							
		MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ALFACE / MELANCIA		LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO		FERIADO		SUCO DE CAJU / PÃO DE SAL / PERNIL DESFIADO C/ CENOURA RALADA / BANANA		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ							
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		466,26		13,69		16,63		65,47		133,20		2,40		209,15		7,67	
6 - 10 anos		468,81		13,71		17		69,09		176,54		3,06		209,48		7,93	
> 15 anos		496,24		18,49		17,95		76,29		185,51		3,76		55,54		6,60	
3ª SEMANA		SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA							
		13/nov		14/nov		15/nov		16/nov		17/nov							
Intermediário / Noturno		MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ALFACE / MELANCIA		ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO		FERIADO		ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BATATA DOCE COZIDA / SALADA DE PEPINO / BANANA		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ							
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		405,39		18,90		6,94		66,83		99,86		3,56		228,03		31,94	
6 - 10 anos		449,48		21,31		7,54		74,07		109,19		4,01		237,04		33,44	
> 15 anos		481,84		26,08		9		88,99		288,2		4,13		288,20		35,89	
* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar, serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.																	

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/prodção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Deborah S. Santana

Nutricionista
CRN-3 57579

Eliziane Pereira Nutricionista
CRN-3 - 31.423
06.10.2023

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Novembro / 2023



Ensino Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /

Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Manhã / Tarde / Vespertino	20/nov	21/nov	22/nov	23/nov	24/nov			
	FERIADO							
LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM QUEIJO								
MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE ACELGA / MAÇÃ								
SUCO DE CAJU / PÃO DE SAL / CARNE MALUCA C/ CENOURA RALADA / BANANA								
ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE ALFACE / MELANCIA								
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	441,26	17,59	9,66	70,99	143,50	2,81	187,81	10,93
6 - 10 anos	457,51	18,42	9,87	73,75	145,70	2,97	188,82	11,19
> 15 anos	473,97	18,83	10,02	77,11	147,62	2,98	196,68	11,39

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Intermediário / Noturno	20/nov	21/nov	22/nov	23/nov	24/nov			
	FERIADO							
	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO							
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	386,01	21,81	7,62	57,54	103,93	3,51	165,16	20,05
6 - 10 anos	429,99	24,01	8,42	65,46	120,26	3,94	175,80	21,48
> 15 anos	526,95	29,56	8,89	82,17	132,29	4,88	195,10	23,34
* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.								

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

CRN3 - 31.426

26.10.2023

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Novembro/ 2023



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

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Manhã / Tarde / Vespertino	27/nov	28/nov	29/nov	30/nov	1/dez
	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE CHUCHU / BANANA	SUCO DE CAJU / PÃO DE SAL / FRANGO DESFIADO C/ CENOURA RALADA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BATATA DOCE COZIDA / SALADA DE PEPINO / MAÇÃ

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	431,70	16,20	9,76	69,76	95,69	2,50	177,37	13,73
6 - 10 anos	439,89	17,02	10,04	70,36	96,54	2,76	177,74	13,47
> 15 anos	489,61	20,36	10,32	79,58	111,86	3,05	179,52	14,85

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Intermediário / Noturno	27/nov	28/nov	29/nov	30/nov	1/dez
	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA / SALADA DE ACELGA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE CHUCHU / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE REPOLHO / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BATATA DOCE COZIDA / SALADA DE PEPINO / MAÇÃ

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	345,24	19,38	5,69	54,13	74,56	3,57	128,08	18,82
6 - 10 anos	367,80	19,60	7,38	55,74	77,75	3,77	205,29	19,54
> 15 anos	500,63	26,39	9,48	77,43	97,92	4,95	266,11	22,47

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampitec

Alcides Pereira
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah O. Santurri
Nutricionista
CRN3 57579

26.10.2023

CARDÁPIO INTEGRAL

Novembro/2023



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

Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
1ª SEMANA								
SEGUNDA-FEIRA	30/out	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO (TOMATE E QUEIJO)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA C/ CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / MAÇA				
TERÇA-FEIRA	31/out	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ MANDIOCA COZIDA / SALADA DE ACELGA	SUCO DE CAJU / TORTA COM CARNE MOIDA/ CENOURA, CEBOLA E ABOBRINHA				
QUARTA-FEIRA	1/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO				
QUINTA-FEIRA	2/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO				
SEXTA-FEIRA	3/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO				
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 10 anos	1109,52	42,06	22,89	183,81	364,41	6,37	313,99	15,26

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche				
2ª SEMANA								
SEGUNDA-FEIRA	6/nov	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / MAÇA	ARROZ C/ CENOURA / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / MELANCIA				
TERÇA-FEIRA	7/nov	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / BATATA COZIDA / SALADA DE CENOURA	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE SAL C/ CARNE MOIDA E CENOURA RALADA / MAÇA				
QUARTA-FEIRA	8/nov	SUCO DE LIMÃO / PÃO DE SAL C/ PERNIL E CENOURA RALADA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA / SALADA DE CENOURA	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / BANANA				
QUINTA-FEIRA	9/nov	SUCO DE LIMÃO / PÃO DE SAL C/ CARNE MALUCA E REPOLHO FATIADO / BANANA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ MANDIOCA / SALADA DE PEPINO	IOGURTE COM CEREAL / BANANA				
SEXTA-FEIRA	10/nov	CHÁ MATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO / MELANCIA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE ACELGA	SUCO DE UVA / PÃO SAL C/ FRANGO DESFIADO C/ CENOURA RALADA				
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 10 anos	1064,49	38,17	24,10	173,74	378,49	5,83	288,47	17,35

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Assinatura
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.10.2023

Deborah O. Sant'Anna
Nutricionista
CRN3 57579

CARDÁPIO INTEGRAL

Novembro/2023



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

Período Integral - 8h às 17h

SEBRAE
EDUCAÇÃO
Gestão, Tecnologia e Inovação

SEMANA	DATA	Desjejum		Almoço		Lanche		
3ª SEMANA								
SEGUNDA-FEIRA	13/nov	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / MELANCIA		MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ALFACE		SUCO DE UVA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA		
TERÇA-FEIRA	14/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA		ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO		LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / MAÇA		
QUARTA-FEIRA	15/nov	FERIADO		FERIADO		FERIADO		
QUINTA-FEIRA	16/nov	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO		ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BATATA DOCE COZIDA / SALADA DE PEPINO		SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOURA E REQUEIJÃO / MAÇA		
SEXTA-FEIRA	17/nov	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA / MELANCIA		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE REPOLHO		LEITE COM CAFÉ / BOLO CASEIRO DE 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 a 10 anos	1062,19	43,69	21,82	172,76	380,36	5,88	269,20	23,08
4ª SEMANA								
SEMANA	DATA	Desjejum		Almoço		Lanche		
SEGUNDA-FEIRA	20/nov	FERIADO		FERIADO		FERIADO		
TERÇA-FEIRA	21/nov	LEITE COM CHOCOLATE / BOLINHO DE LARANJA		ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE PEPINO		LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / MELANCIA		
QUARTA-FEIRA	22/nov	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO (TOMATE E QUEIJO) / MAÇA		MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE ACELGA		LEITE COM CAFÉ / BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE		
QUINTA-FEIRA	23/nov	IOGURTE / PÃO DE SAL C/ QUEIJO		ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS C/ MANDIOCA / SALADA DE CENOURA		CHÁ MATE / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA		
SEXTA-FEIRA	24/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS / ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE ALFACE		LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / MELANCIA		
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 10 anos	1066,75	39,03	24,59	172,32	403,41	6,63	189,05	18,89

Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Deborah X. Santana
Nutricionista
CRN 67579

Assinatura
Nutricionista
CRN 67579

CARDÁPIO INTEGRAL

Novembro/2023



Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses
Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
SEGUNDA-FEIRA	27/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / MELANCIA	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOIDA / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO	SUCO DE UVA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO C/ CENOURA RALADA
TERÇA-FEIRA	28/nov	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE SAL C/ CARNE MOIDA E REPOLHO FATIADO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA / SALADA DE AÇELGA	SUCO DE LARANJA / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO
QUARTA-FEIRA	29/nov	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA COZIDA / SALADA DE CHUCHU	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / MAÇA
QUINTA-FEIRA	30/nov	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE REPOLHO	SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOURA E REQUEIJÃO / BANANA
SEXTA-FEIRA	1/dez	SUCO DE MARACUJÁ / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO E CENOURA RALADA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BATATA DOCE COZIDA / SALADA DE PEPINO	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA
5ª SEMANA				
Faixa etária				
Energia (Kcal)				
Proteínas (g)				
Lípidios (g)				
Carboidrato (g)				
Cálcio (mg)				
Ferro (mg)				
Retinol (mcg)				
Vitamina C (mg)				
6 a 10 anos		1071,73	38,17	24,10
			173,74	382,43
			5,88	291,37
				17,35

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição ZampTec

Liliana Vitti Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.10.2023

Deborah D. Santana
Nutricionista
CRN3 57579

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 0 a 06 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	30/out	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	TERÇA-FEIRA	31/out	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUARTA-FEIRA	1/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
	QUINTA-FEIRA	2/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO
	SEXTA-FEIRA	3/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	6/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	TERÇA-FEIRA	7/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUARTA-FEIRA	8/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUINTA-FEIRA	9/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	SEXTA-FEIRA	10/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Lilian Xavier Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.10.2023

Debora D. Santana
Nutricionista
CRN3 57579

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Novembro/2023

Ensino Infantil de 0 a 06 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	13/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	14/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	15/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
	QUINTA-FEIRA	16/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	17/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA 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	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	20/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
	TERÇA-FEIRA	21/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	22/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	23/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	24/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA 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	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Lilith Sanyuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.10.2023

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 0 a 06 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



Novembro/2023

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	27/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
TERÇA-FEIRA	28/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
QUARTA-FEIRA	29/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
QUINTA-FEIRA	30/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
SEXTA-FEIRA	1/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
5ª SEMANA					
FAVA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)	
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)
				69,30	478,80
				Ferro (mg)	Retinol (mcg)
				6,93	718,20
					Vitamina C (mg)
					138,60

Aprovação: Departamento Nutrição Semect

Elaboração: Departamento Nutrição ZampTec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Lilian Doryzi Kuriki
Nutricionista
CRND - 31.426
26.10.2023

Deborah Santana
Nutricionista
CRN 6 57579

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Novembro/2023

Ensino Infantil de 6 a 12 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	30/out	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / ABOBORA COZIDA / ABOBRINHA COZIDA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MACÃ	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO / BATATA DOCE / CENOURA
TERÇA-FEIRA	31/out	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / CHUCHU COZIDO / BETERRABA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / POLENTA / CHUCHU)
QUARTA-FEIRA	1/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
QUINTA-FEIRA	2/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
SEXTA-FEIRA	3/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

6-12 meses	Energia (kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	637,08	25,74	22,27	83,65	414,89	7,61	633,72	82,29

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	6/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBORA / CHUCHU)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MACÃ	SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, CENOURA, CHUCHU)
TERÇA-FEIRA	7/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA / CHUCHU	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / PUNE DE BATATA / ABOBRINHA
QUARTA-FEIRA	8/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ/ FEIJÃO / CARNE ISCA / CHUCHU REFOGADO / ABOBRINHA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA COZIDA / BATATA
QUINTA-FEIRA	9/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / BATATA DOCE / CHUCHU)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MACÃ	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / POLENTA / CENOURA)
SEXTA-FEIRA	10/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, FRANGO, ABOBORA E BATATA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MELÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / ABOBRINHA / BATATA DOCE)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

6-12 meses	Energia (kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	710,46	29,03	23,35	96	404,93	7,95	613,31	64,27

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

INSTRUÇÕES PARA PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas MACÃ, MELÃO e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas MACÃ, MELÃO e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semente e sem a casca.
3. Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moídas, legumes cozidos e amassados com grão;
4. Refeição: Acima de 8 meses: feijão meio caldo e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução;

Letícia SODRINI ALBUQUERQUE
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah Santana
Nutricionista
CRN3 57579

26.10.2023

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Novembro/2023



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



Ensino Infantil de 6 a 12 meses

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
SEGUNDA-FEIRA	13/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA (MACARRÃO / CARNE ISCA / ABOBORA REFOGADA / LENTILHA) / MAÇA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMAO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU REFOGADO / BETERRABA)			
TERÇA-FEIRA	14/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / PEIXE C/ TOMATE / PURÊ DE BATATA / CENOURA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO / CARNE CUBOS)			
QUARTA-FEIRA	15/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
QUINTA-FEIRA	16/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO / BATATA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MELÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / CARNE MOIDA / BATATA DOCE / CHUCHU)			
SEXTA-FEIRA	17/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / PERNIL COM TOMATE / ABOBORA REFOGADA / ABOBRINHA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	CANIA (ARROZ, FRANGO, CHUCHU E CENOURA)			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Médias Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	671,54	26,74	22,51	90,27	401,08	7,48	882,11	57,88
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
SEGUNDA-FEIRA	20/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
TERÇA-FEIRA	21/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / CARNE MOIDA / POLENTA / ABOBORA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA	CANIA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA) / BANANA			
QUARTA-FEIRA	22/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDO / BETERRABA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMAO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / CABA COZIDO / ABOBRINHA)			
QUINTA-FEIRA	23/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / COXA E SOBRECOPA EM CUBOS / ABOBRINHA COZIDA / BATATA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	SOPA DE MACARRÃO / PERNIL COM TOMATE / ABOBORA COZIDA / CHUCHU			
SEXTA-FEIRA	24/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / FRANGO EM CUBOS COZIDO COM TOMATE / PURÊ DE BATATA / CHUCHU)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAÇA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJOÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU REFOGADO / BATATA DOCE)			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Médias Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	687,79	27,39	22,46	94,21	407,75	7,89	527,63	75,43

* Todos os salgados e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão oferecidos, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampit

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas MACÁ, MELÃO e PERA, deverão ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas MACÁ, MELÃO e PERA, deverão ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semente e sem a casca.
3. Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moídas, legumes cozidos e amassados com garfo;
4. Refeição: Acima de 8 meses: feijão meio caldo e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução;

Lilith DORYLLI NUTRI

Nutricionista

CRN3 - 31.426

3610-5023

Debora D. Santana

Nutricionista

CRN3-57579



CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 6 a 12 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



Novembro/2023

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	27/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA (MACARRÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA / LENTILHA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CHUCHU REFOGADO / ABÓBORA)
TERÇA-FEIRA	28/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / PURÊ DE BATATA / BETERRABA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABÓBRINHA, MACARRÃO / CARNE CUBOS)
QUARTA-FEIRA	29/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA/ ABÓBRINHA / BATATA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MACÇA	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABÓBORA REFOGADA / CHUCHU COZIDO)
QUINTA-FEIRA	30/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO / CENOURA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / MAMÃO	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE / CENOURA COZIDA)
SEXTA-FEIRA	1/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA (ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / ABÓBORA REFOGADA / ABÓBRINHA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / BANANA	CANJA (ARROZ, FRANGO, CHUCHU e CENOURA)
5ª SEMANA					
FÁVIA ETÁRIA					
Energia (kcal)					
6-12 meses					
676,28					
Proteínas (g)					
27,32					
Lípidos (g)					
21,94					
Carboidratos (g)					
92,78					
Cálcio (mg)					
408,65					
Ferro (mg)					
8,02					
Retinol (mcg)					
497,31					
vitamina C (mg)					
71,94					

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar sendo ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas MACA, MELÃO e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas MACA, MELÃO e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semente e sem a casca.
3. REFEIÇÃO: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moídas, legumes cozidos e amassados com garfo;
4. REFEIÇÃO: Acima de 8 meses: feijão meio caldo e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução;


Lilian Suyuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.10.2023


Debord Santana
Nutricionista
CRN3 57579

Ensino Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
SEGUNDA-FEIRA	30/out	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIÃO / MAÇÃ	ARROZ / FEIJO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / ABOBORA COZIDA / SALADA DE ACELGA / SUCO DE GOIABA	LEITE C/ CANELA / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / SALADA DE FRUTA (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO / BATATA DOCE / CENOURA COZIDA			
TERÇA-FEIRA	31/out	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJO / OVOS COZIDOS C/ VINAGRETE / CHUCHU COZIDO / SALADA DE ACELGA	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ REQUEIÃO / MELANCIA	ARROZ / FEIJO / CARNE MOIDA/ POLENTA / SALADA DE CHUCHU			
QUARTA-FEIRA	1/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO			
QUINTA-FEIRA	2/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
SEXTA-FEIRA	3/nov	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO			
1ª SEMANA								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
1 ano a 3 anos e 11 meses	1007,10	43,00	23,67	157,14	539,51	5,82	460,81	29,95
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
SEGUNDA-FEIRA	6/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIÃO	ARROZ / FEIJO / CARNE MOIDA/ ABOBORA / SALADA DE ACELGA / MELANCIA	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	SOPA DE LEGUMES (MACARRÃO, CARNE CUBOS, CENOURA COZIDA, CHUCHU COZIDO)			
TERÇA-FEIRA	7/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / CHUCHU COZIDO / SALADA DE FRUTA (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)	VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / PÃO DE SAL C/ REQUEIÃO / MAÇÃ	ARROZ / FEIJO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / PURE DE BATATA / SALADA DE ACELGA			
QUARTA-FEIRA	8/nov	VITAMINA DE BANANA ENGROSSADO COM AVEIA / MELANCIA	ARROZ/ FEIJO / CARNE ISCA / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ABOBRINHA / SUCO DE CAJU	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / ABOBORA COZIDA / SALADA DE REPOLHO			
QUINTA-FEIRA	9/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / BANANA	ARROZ / FEIJO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / BATATA DOCE COZIDA / SALADA DE PEPINO	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL C/ REQUEIÃO / SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)	ARROZ / FEIJO / CARNE MOIDA / POLENTA / SALADA DE ACELGA / SUCO DE UVA			
SEXTA-FEIRA	10/nov	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL COM REQUEIÃO	CANJA (ARROZ, FRANGO, ABOBORA E BATATA)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / MELÃO	ARROZ / FEIJO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / ACELGA REFOGADA / SALADA DE CENOURA COZIDA / SUCO DE GOIABA			
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 e 11 meses	1061,03	40,24	28,69	162,89	474,01	4,04	382,44	74,22

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semect

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de fórmula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta; 2. FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a MAÇÃ deve ser servida crua em corte de segurança (fioleto ou fatias finas);

Deborah Santanna
Nutricionista
CRN3-3022

Deborah Santanna
Nutricionista
CRN3 57579

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Ensino Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



Novembro/2023

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h				
SEGUNDA-FEIRA	13/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	SOPA (MACARRÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA / LENTILHA) / SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE SAL COM QUEIJO	ARROZ / FEIJOÃO / CARNE MOIDA/ CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ACELGA				
TERÇA-FEIRA	14/nov	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / MAÇÃ	ARROZ / FEIJOÃO / PEIXE C/ TOMATE / PURÊ DE BATATA / SALADA DE ACELGA / SUCO DE CAJU	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LETTE COM REQUEIJÃO	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO / CARNE CUBOS) / MELÃO				
QUARTA-FEIRA	15/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO				
QUINTA-FEIRA	16/nov	VITAMINA DE BANANA ENGROSSADO COM AVEIA / MAÇÃ	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO	SUCO DE CAJU / PÃO DE SAL COM CARNE MOIDA	ARROZ / FEIJOÃO / OVO MEXIDO COM QUEIJO E TOMATE / BATATA DOCE COZIDA / SALADA DE CENOURA / SUCO DE ACEROIA				
SEXTA-FEIRA	17/nov	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO	ARROZ / FEIJOÃO / PERNIL COM TOMATE / ABÓBORA REFOGADA / SALADA DE ACELGA	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / MELANCIA	CANJA (ARROZ, FRANGO, CHUCHU E CENOURA) / SALADA DE FRUTA (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)				
3ª SEMANA									
FAVA ETÁRIA									
1 ano a 3 anos e 11 meses		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
		1167,12	43,11	28,23	190,20	281,22	5,36	355,30	278,03
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h				
SEGUNDA-FEIRA	20/nov	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO				
TERÇA-FEIRA	21/nov	LEITE C/ CANELA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJOÃO / CARNE MOIDA / POLENTA / SALADA DE ACELGA / SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)	VITAMINA DE MAÇÃ C/ BANANA / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA, CENOURA) / BANANA				
QUARTA-FEIRA	22/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LETTE C/ REQUEIJÃO / MAÇÃ	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDO / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE ACEROIA	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJOÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / CARÁ COZIDO / SALADA DE CENOURA				
QUINTA-FEIRA	23/nov	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / MELANCIA	ARROZ / FEIJOÃO / COXA E SOBRECOXA EM CUBOS / ABOBRINHA COZIDA / SALADA DE PEPIÑO	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)	MACARRÃO AO MOLHO / PERNIL COM TOMATE / ABOBORA COZIDA / SALADA DE CHUCHU				
SEXTA-FEIRA	24/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ QUEIJO	ARROZ / FEIJOÃO / FRANGO EM CUBOS COZIDO COM TOMATE / PURÊ DE BATATA / SALADA DE ACELGA	LEITE / PÃO DE LETTE COM REQUEIJÃO / MELÃO	ARROZ / FEIJOÃO / CARNE MOIDA / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE TANGERINA				
4ª SEMANA									
Folha etária									
1 ano a 3 anos e 11 meses		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
		1006,75	36,98	25,68	162,45	375,67	3,93	477,99	244,71

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, conforme a oferta/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de fórmula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: Atenção: Idade de 12 a 24 meses a MAÇÃ deve ser servida crua em corte de segurança (fritete ou fatias finas);

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN 15753

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN 15753

CARDÁPIO BERÇÁRIO

Novembro/2023



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



Ensino Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	27/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	SOPA (MACARRÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA / LENTILHA) / SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE SAL COM QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE ACELGA
TERÇA-FEIRA	28/nov	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL C/ MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / PURÊ DE BATATA / SALADA DE ACELGA / SUCO DE CAJU	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LETTE COM REQUEIJÃO	SOPA DE LEGUMES (MANDIOCA, ABOBRINHA, MACARRÃO / CARNE CUBOS) / MELÃO
QUARTA-FEIRA	29/nov	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LETTE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA/ ABOBRINHA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO / BANANA	VITAMINA DE MAÇÃ E BANANA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABÓBORA REFOGADA / SALADA DE ACELGA / SUCO DE GOIABA
QUINTA-FEIRA	30/nov	VITAMINA DE BANANA ENGROSSADO COM AVEIA / MAÇÃ	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO / SALADA DE REPOLHO / SUCO DE ACEROLA	SUCO DE CAJU / PÃO DE SAL COM CARNE MOÍDA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM QUEIJO E TOMATE / BATATA DOCE / SALADA DE CENOURA
SEXTA-FEIRA	1/dez	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / ABÓBORA REFOGADA / SALADA DE ACELGA	VITAMINA DE MAMÃO / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / MELANCIA	CANJA (ARROZ, FRANGO, CHUCHU E CENOURA) / SALADA DE FRUTA (MAÇÃ, BANANA E MAMÃO)
5ª SEMANA					
FAMIA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)	
1 ano a 3 anos e 11 meses	1091,02	40,19	26,86	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)
				176,97	408,55
				Ferro (mg)	Retinol (mcg)
				4,40	439,69
				Vitamina C (mg)	
				229,94	

* Todas as saladas e legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: Suplementação com gêneros do agricultura familiar sendo ofertados, semanalmente, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de formula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: ATENÇÃO: idade de 12 a 24 meses a MAÇÃ deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

Liigon Sayuri Kurihiti
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.10.2023

Deborah Santana
Nutricionista
CRNP 57579

Itaquaquetuba, 31 de outubro de 2023.

COMUNICADO Nº 345/Semecti//2023

Destinatários: Ensino Fundamental e Educação Infantil (Creches Municipais, Creches Subvencionadas e Pré-Escolas)

Assunto: Cardápios do mês de Novembro/2023.

Senhor (a) Diretor (a),

A Secretaria Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação por meio do Departamento de Nutrição, encaminha os Cardápios do mês de novembro/2023 para ciência e acompanhamento de todos os funcionários envolvidos no controle de merenda escolar.

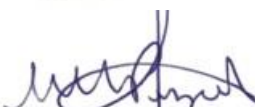
Orientamos que os cardápios sejam fixados em local visível, como por exemplo, no mural de avisos, cumprindo a determinação do contido na Resolução CD/FNDE Nº 06/2020.

Em caso de dúvidas, entrar em contato com o Departamento de Nutrição.

Atenciosamente,



JANE MOURA SANTOS
Diretora do Departamento de Nutrição



Prof.ª Maria Cristina Perpetuo dos Santos Soares
Secretária Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação