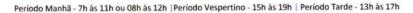


# Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses





Período Intermediário - 11h às 15h |

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ª SEMANA	2/dez	3/dez	4/dez	5/dez	6/dez
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO D SAL C/ REQUEIJÃO	E LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	SUCO DE CAJU / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA
Almoço	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / SALADA DE CENOURA COZIDA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / ABÓBORA COZIDA E CUBOS / SALADA DE PEPINO EM CUBOS		ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO FATIADO
		INF	ORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g) Lipídeos (g)	Carboidrato (g) Cálcio (mg)	Ferro (mg) Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
4 - 14 anos	685,82	27,94 19,76	99,07 287,03	3,82 261,78	66,15

AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações.

Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão oferados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*3Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti







# Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses





Período Intermediário - 11h às 15h

23 5544444	SEGUNDA-FEIRA	TERÇ	A-FEIRA	QUARTA-FEIR	A	QU	JINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
2ª SEMANA	9/dez	12/dez		11/dez	Way and a second		12/dez	13/dez	
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA		CAJU / PÃO C/ O DESFIADO	LEITE COM CA PÃO DE SAL COM RI			E/ PÃO DE SAL C/ IANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA (RC - CONSELHO DE CLASSE)	
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA EM CUBOS / SALADA DE ACELGA FATIADO	COZIDO / CHU / SALADA [	IJÃO / FRANGO JCHU REFOGADO DE BETERRABA EM CUBOS	ARROZ / FEIJÃO / PE TOMATE EM CU ABOBRINHA COZIDA I VIRADO DE CENOUR	BOS / EM CUBOS /	BATATA D	IJÃO / CARNE ISCA / POCE / SALADA DE PEPINO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE (RC - CONSELHO DE CLASSE)	
			INFOR	MAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média	Semanal)				
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteinas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	
4 - 14 anos	682,76	28,42	19,08	99,33	282,92	4,08	220,46	64,15	

AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações.

Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão oferados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*3Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec

Lilian Schuri Kurik





# Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses





Período Intermediário - 11h às 15h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA	A-FEIRA	QUARTA-FEIR	A	QU	INTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
SE SEIVIAINA	16/dez	17/dez		18/dez	18/dez		19/dez	20/dez	
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	O DE SAL COM MANTEIGA C/ FRANGO DESFIADO LEITE COM CAFÉ / LEITE C/ CAFÉ / PÃO C/ RPM - REUNIÃO DE PAIS E REFOGADO (RP - REUNIÃO PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO MANTEIGA				RECESSO ESCOLAR			
Almoço	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO COZIDO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE CENOURA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	/CALADA DE ABORDINHA EM   DOLENTA / SALADA DE		DESFIADO SALADA DE	FEIJÃO / FRANGO / BATATA DOCE / E PEPINO FATIADO M CUBOS	RECESSO ESCOLAR			
			INFOR	MAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média	Semanal)				
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	
4 - 14 anos	670,88	29,52	17.08	99,77	255,35	4,28	264,48	40,66	

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MAÇÃ / MELANCIA

AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações.

Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão oferados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*3Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec

ilian Sayuri Kurik Natricionista CRN3 - 31.426



DEZEMBRO/ 2024



# Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses / Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses





Período Intermediário - 11h às 15h

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
4- JEMANA	23/dez	24/dez	25/dez	26/dez	27/dez
Manhã / Tarde / Vespertino	RECESSO ESCOLAR	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Almoço	RECESSO ESCOLAR	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Faixa etária	Energia (Kcal)	INFORMA Proteínas (g) Lipídeos (g)	AÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)  Carboidrato (g) Cálcio (mg)	Ferro (mg) Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
4 - 14 anos					
		ERLITAS DA SEA	ANA: BANANA / MACÃ / MELAI	NCIA	

AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações.

Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão oferados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*³Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti



#### Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

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



SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30		Almoço   10h às 11h		Lanche	l3h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	2/dez	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAI REQUEIJÃO / FRUTA*		O / FRANGO DESFIADO S) / CHUCHU COZIDO (1			A / PÃO DE LEITE C/ ITEIGA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)
TERÇA-FEIRA	3/dez	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LE COM MANTEIGA	THE RESERVED TO STREET WHEN THE PARTY OF THE PARTY.	KE COZIDO C/TOMATE A/SALADA DE REPOLH			NA / PÃO DE LEITE C/ ÃO / FRUTA	CANJA (ARROZ / FRANGO EM CUBOS / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA-FEIRA	4/dez	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA		OVOS COZIDOS C/ VIN DE CENOURA COZIDA / SUCO DE GOIABA			E EM PÓ / PÃO DE SAL QUEIJO	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE ISCA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)
QUINTA-FEIRA	5/dez	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE ( MANTEIGA		OXA E SOBRECOXA EM EQUENOS) / SALADA D PEQUENOS)			DE LEITE COM CARNE / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CENOURA (PALITOS PEQUENOS)
SEXTA-FEIRA	6/dez	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C, REQUEIJÃO / FRUTA		GO / CARNE MOÍDA / A / SALADA DE ACELGA (I DE MANGA	, 이 경기 시민국(전환 사이트) 전 100 (100 MIN)	-	EM PÓ / PÃO DE LEITE INTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ MOLHO / POLENTA / SALADA DE BETERRABA (CUBOS PEQUENOS) / SUCO DE UVA
			INFO	RMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Mé	idia Semanal)   Faixa etária 1 ano a	a 3 anos e 11 meses		
	Ener	rgia (Kcal) Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
PARCIAL MANHA	5	526,31 21,44	15,86	74,45	304,04	3,44	230,71	19,09
PARCIAL TARDE		530,34 20,70	14,66	78,91	197,83	2,65	220,44	64,00
INTEGRAL	1	056,65 42,14	30,51	153,36	501,88	6,10	451,14	83,10
				<b>RUTAS DA SEMANA: I</b>	MELANCIA / BANANA /	MELÃO.		
SEMANA	DATA	Desjejum 1 08h às 08h30	ar diamena arabanca	Almoço   10h às 11h		Lanche	13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
The state of the s	- Daile							SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE MOÍDA / CENOURA
SEGUNDA- FEIRA	9/dez	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAI REQUEIJÃO		FRANGO EM CUBOS / E DS) / SALADA DE REPOL		The state of the s	A / PÃO DE LEITE C/ GA / FRUTA	(CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS / SUCO DE UVA
TERÇA-FEIRA	10/dez	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LE C/ QUEIJO / FRUTA		RNE MOÍDA C/ MOLHO	/ POLENTA / SALADA	VITABAINIA DE BANA	21	THE STREET WHEN THE WAS INVESTIGATED AND A STREET OF THE STREET OF A STREET WAS IN
	-		1	(FATIAS FINAS) / SUCC	DE GOIABA	The second secon	NA / PÃO DE LEITE C/ UEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)
QUARTA-FEIRA	11/dez	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C REQUEIJÃO	THE COLUMN	OLHO / FRANGO DESFI EQUENOS) / SALADA DI FINAS)	IADO / ABOBRINHA	REQ	No. of the Control of	(CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO
	11/dez	[1]	COZIDA (CUBOS PI	OLHO / FRANGO DESFI EQUENOS) / SALADA DI FINAS)	IADO / ABOBRINHA E REPOLHO (FATIAS CUBOS PEQUENOS) / / SALADA DE CHUCHU	REQUESTE C/ CHOCOLAT C/ MANTE LEITE C/ CANELA	JEIJÃO E EM PÓ / PÃO DE SAL	(CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA D PEPINO (PALITOS PEQUENOS)O (PALITOS PEQUENOS)  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS
		REQUEIJÃO  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE	COZIDA (CUBOS PI  ARROZ / FEIJÃO / P  BATATA DOCE COZID  (CUBOS  ARROZ / FEIJÃO / C	OLHO / FRANGO DESFI EQUENOS) / SALADA DI FINAS) ERNIL COM TOMATE (C A (CUBOS PEQUENOS)	IADO / ABOBRINHA E REPOLHO (FATIAS  CUBOS PEQUENOS) / / SALADA DE CHUCHU E MANGA  A DE REPOLHO COM	LEITE C/ CHOCOLAT C/ MANTE  LEITE C/ CANELA REQ  LEITE C/ CHOCOLATE C/ MANTEIGA / FRU	UEIJÃO E EM PÓ / PÃO DE SAL IGA / FRUTA  / PÃO DE LEITE C/	(CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA D PEPINO (PALITOS PEQUENOS)O (PALITOS PEQUENOS)  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUINTA-FEIRA	12/dez	REQUEIJÃO  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE ( MANTEIGA / FRUTA  SUCO DE CAJU / PÃO DE LEITE COM OV	/ ARROZ / FEIJÃO / P BATATA DOCE COZID (CUBOS  ARROZ / FEIJÃO / C CENOUI	OLHO / FRANGO DESFI EQUENOS) / SALADA DI FINAS)  ERNIL COM TOMATE (C A (CUBOS PEQUENOS) PEQUENOS) / SUCO DE ARNE MOÍDA / SALADA RA (RC - CONSELHO DE	IADO / ABOBRINHA E REPOLHO (FATIAS  CUBOS PEQUENOS) / / SALADA DE CHUCHU E MANGA  A DE REPOLHO COM	LEITE C/ CHOCOLAT C/ MANTE  LEITE C/ CANELA REQ  LEITE C/ CHOCOLATE C/ MANTEIGA / FRU  CL	DEIJÃO  E EM PÓ / PÃO DE SAL  IGA / FRUTA  ./ PÃO DE LEITE C/  UEIJÃO  E EM PÓ / PÃO DE LEITE  TA (RC - CONSELHO DE	(CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA D PEPINO (PALITOS PEQUENOS)O (PALITOS PEQUENOS)  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / BATATA COZIDA /
QUINTA-FEIRA	12/dez 13/dez	REQUEIJÃO  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE ( MANTEIGA / FRUTA  SUCO DE CAJU / PÃO DE LEITE COM OV	/ ARROZ / FEIJÃO / P BATATA DOCE COZID (CUBOS  ARROZ / FEIJÃO / C CENOUI	OLHO / FRANGO DESFI EQUENOS) / SALADA DI FINAS)  ERNIL COM TOMATE (C A (CUBOS PEQUENOS) PEQUENOS) / SUCO DE ARNE MOÍDA / SALADA RA (RC - CONSELHO DE	IADO / ABOBRINHA E REPOLHO (FATIAS  CUBOS PEQUENOS) / / SALADA DE CHUCHU E MANGA  A DE REPOLHO COM E CLASSE)	LEITE C/ CHOCOLAT C/ MANTE  LEITE C/ CANELA REQ  LEITE C/ CHOCOLATE C/ MANTEIGA / FRU  CL	DEIJÃO  E EM PÓ / PÃO DE SAL  IGA / FRUTA  ./ PÃO DE LEITE C/  UEIJÃO  E EM PÓ / PÃO DE LEITE  TA (RC - CONSELHO DE	(CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA D PEPINO (PALITOS PEQUENOS)O (PALITOS PEQUENOS)  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / BATATA COZIDA /
QUINTA-FEIRA	12/dez 13/dez	REQUEIJÃO  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE ( MANTEIGA / FRUTA  SUCO DE CAJU / PÃO DE LEITE COM OV MEXIDO (RC - CONSELHO DE CLASSE)	/ ARROZ / FEIJÃO / P BATATA DOCE COZID (CUBOS  ARROZ / FEIJÃO / C CENOUI	OLHO / FRANGO DESFI EQUENOS) / SALADA DI FINAS)  ERNIL COM TOMATE (C A (CUBOS PEQUENOS) PEQUENOS) / SUCO DE ARNE MOÍDA / SALADA RA (RC - CONSELHO DE	IADO / ABOBRINHA E REPOLHO (FATIAS  CUBOS PEQUENOS) / / SALADA DE CHUCHU E MANGA  A DE REPOLHO COM E CLASSE)  edia Semanal)   Falxa etária 1 ano.	LEITE C/ CHOCOLAT C/ MANTE  LEITE C/ CANELA REQ  LEITE C/ CHOCOLATE C/ MANTEIGA / FRU CL a 3 anos e 11 meses	E EM PÓ / PÃO DE SALIGA / FRUTA  J PÃO DE LEITE C/ JEJJÃO  EM PÓ / PÃO DE LEITE TA (RC - CONSELHO DE	(CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO, BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DI PEPINO (PALITOS PEQUENOS) O (PALITOS PEQUENOS)  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / BATATA COZIDA / SALADA DE ALFACE (RC - CONSELHO DE CLASSE)
QUINTA-FEIRA SEXTA-FEIRA	12/dez 13/dez	REQUEIJÃO  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE ( MANTEIGA / FRUTA  SUCO DE CAJU / PÃO DE LEITE COM OV MEXIDO (RC - CONSELHO DE CLASSE)	/ ARROZ / FEIJÃO / P BATATA DOCE COZID (CUBOS  ARROZ / FEIJÃO / C CENOUI  INFO	OLHO / FRANGO DESFI EQUENOS) / SALADA DI FINAS)  ERNIL COM TOMATE (C A (CUBOS PEQUENOS) PEQUENOS) / SUCO DE ARNE MOÍDA / SALAD. RA (RC - CONSELHO DE Certboidrato (g)	IADO / ABOBRINHA E REPOLHO (FATIAS  CUBOS PEQUENOS) / / SALADA DE CHUCHU E MANGA  A DE REPOLHO COM E CLASSE)  Edia Semanal)   Fabra etária 1 ano- Cálcio (mg)	LEITE C/ CHOCOLAT C/ MANTE  LEITE C/ CANELA REQ  LEITE C/ CHOCOLATE C/ MANTEIGA / FRU CL a 3 anos e 11 meses Ferro (mg)	E EM PÓ / PÃO DE SALIGA / FRUTA  A / PÃO DE LEITE C/ UEIJÃO  EM PÓ / PÃO DE LEITE TA (RC - CONSELHO DE  Retinol (mcg)	(CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO , BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DI PEPINO (PALITOS PEQUENOS)O (PALITOS PEQUENOS)  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / BATATA COZIDA / SALADA DE ALFACE (RC - CONSELHO DE CLASSE)

\*Todas as SALADAs, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \* AGRICULTURA FAMILIAR: Salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertodos, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção / \*\*Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

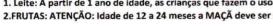
Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

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, salvos que fazem uso de leite especiais-dieta;

2.FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a MAÇÃ deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);







#### Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

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



SECUNDA   10/dec	SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30		Almoço   10h às 11h		La	nche   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
TERCA-FERIA   17/det   VITAMINIAD DE BANNAN / PÃO DE LEITE C / PROUBLÉO PEROSONICA   PROUBLEO PEROSONICA   PROUBLÉO PEROSONICA   P	SEGUNDA-		LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA / FRUTA* (RPM - REUNIÃO DE	ABÓBORA REFO	PEIXE COZIDO C/ TOMATE (C GADA (PALITOS PEQUENOS) /	SALADA DE ACELGA		PM - REUNIÃO DE PAIS E	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE ISCA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / SUCO DE MANGA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)
QUARTA-FEIRA 18/6ez SUCO DE CAUL / PAGO DE LEITE C/ ON MENDO / FRUTO PEQUENOS) / CANNE CUBOS / FECUNDAR COZIDA (CUBOS FEQUENOS) / SALADA DE ABORRIHA CO (CUBOS FEQUENOS) / SALADA DE ABORRIHA CO (CUBOS FEQUENOS) / SALADA DE BETERA PAGO DE LEITE C/ REQUEIÃO / FRUTO PEQUENOS) / CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE BETERARA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE BETERARA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE BETERARA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE BETERARA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPERIDA (PAUTOS MANTEIGA / FRUTA COZIDA (PAUTOS	TERÇA-FEIRA	17/dez	The second secon	REFOGADA (CL	IBOS PEQUENOS) / SALADA D	E ACELGA (FATIAS	C/ MANTER	GA / FRUTA (RP - REUNIÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / SUCO DE ACEROLA (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)
QUINTA-FEIRA 19/dez LETTE C/ CHOCOLATE / PÂO DE LETTE C/ CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE BETERRABA (PALITOS PEQUENOS) / SAL	QUARTA-FEIRA	18/dez	:				VITAMINA I		ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
National August	QUINTA-FEIRA	19/dez			QUENOS) / SALADA DE BETER		244200 HUNDU 24420 5		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE PEPINO (CUBOS PEQUENOS) / SUCO DE GOIABA / FRUTA*
Process   Proc	SEXTA-FEIRA	20/dez	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		R	ECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
PARCINE MANHAN   552-00   22.54   18.63   71.55   800.46   3.11   24.80   61.57     PARCINE MANHAN   552-00   19.35   11.01   75.44   17.05   3.47   24.90   72.45     PARCINE MANHAN   1993.5   42.29   79.37   133.55   47.50   64.6   44.979   73.54   73.54   73.55     PARCINE MANHAN   1993.5   42.29   79.37   133.55   47.50   64.6   44.979   73.54   73.55     PARCINE MANHAN   1993.5   42.29   79.37   133.55   47.50   64.6   44.979   73.54   73.55     PARCINE MANHAN   1993.5   42.29   79.37   133.55   47.50   64.6   44.979   73.55     PARCINE MANHAN   1993.5   13.00   13.00   13.00   13.00   13.00     PARCINE MANHAN   1993.5   14.00   13.00   13.00   13.00   13.00   13.00     PARCINE MANHAN   1993.5   14.00   13.00   13.00   13.00     PARCINE MANHAN   1993.5   14.00   13.00   13.00   13.00     PARCINE MANHAN   1993.5   13.00   13.00   13.00   13.00     PARCINE MANHAN   13.00   13.00   13.00   13.00   13.00     PARCINE MANHAN   13.00   13.00   1					INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média	Semanal)   Faixa etária 1 ano	a 3 anos e 11 meses		
PARCIAL   MARINA   532,40   22,64   18,65   73,55   190,46   3.11   283,50   61,52     PARCIAL   MARINA   190,55   13,95   13,95   13,95   13,95   13,95   13,95   13,95   13,95     PARCIAL   MARINA   190,55   14,95   13,95   13,95   13,95   13,95   14,95   13,95     PARCIAL   MARINA   MAÇA   190,55   14,95   13,95   13,95   13,95   13,95     SEMANA   DAYA   DESIGNA   DESIGNA   RECESSO ESCOLAR   RECESSO ESCOLAR   RECESSO ESCOLAR   RECESSO ESCOLAR   RECESSO ESCOLAR   RECESSO ESCOLAR     SEGUNDA   FEIRA   24/dez   PONTO FACULTATIVO   PONTO F		Ener	ria (Kcall) Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
MRICUL INDIGE  ##FOUNT   1973/57   1935/5   1935	DARCIAL MANUA			18.63	73.55	300,46	3,11	243,80	61,52
NTICIDUL 103.15 42.59 29.87 133.58 47.99 5.66 484.99 335.88 335.88 135.8						170,25	3,47	240,96	274,36
SEMANA DATA Desjejum 108h as 08h30 Almoço 10h às 11h Lanche 13h às 13h30 Jahtar   15h às 16h  SEGUNDA- FEIRA 23/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR  TERÇA-FEIRA 24/dez PONTO FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO  QUARTA-FEIRA 25/dez FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO  QUINTA-FEIRA 26/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR  SEXTA-FEIRA 27/dez RECESSO ESCOLAR RE		10	053,55 42,59	29,87				484,99	335,88
SEGUNDA- FEIRA 23/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR  TERÇA-FEIRA 24/dez PONTO FACULTATIVO PONTO-FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO  QUARTA-FEIRA 25/dez FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO  QUINTA-FEIRA 26/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR  SEXTA-FEIRA 27/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR RECESSO ESCOLAR  NORMAÇÕES NUTRICIONALS - ("Médio Semanul)   Fabra etária 1 anos a 3 anos e 11 meses  NORMAÇÕES NUTRICIONALS - ("Médio Semanul)   Fabra etária 1 anos a 3 anos e 11 meses  (Dergia (Kodi) Proteínas (d) Lipidero (g) Carboidiato (g) Carboidiato (g) Ferro (mg) Retinol (meg) vitamina C (mg)					FRUTAS DA SEMANA: M	ELANCIA / BANANA	/ MAÇÃ.	CHAPTER PROPERTY	
FEIRA 23/dez PONTO FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO  QUARTA-FEIRA 25/dez FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO  QUINTA-FEIRA 26/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO	SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30		Almoço 10h às 11h		La	nche   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
QUARTA-FEIRA 25/dez FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO FERIADO QUINTA-FEIRA 26/dez RECESSO ESCOLAR  SEXTA-FEIRA 27/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ES	Andrew Age at Control of the Control	23/dez	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		R	ECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
QUINTA-FEIRA 25/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ES	TERÇA-FEIRA	24/dez	PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO		РО	NTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA 27/dez RECESSO ESCOLAR RECESSO ESC	QUARTA-FEIRA	25/dez	FERIADO		FERIADO			FERIADO	FERIADO
SEXTA-FEIRA 2//GEZ NECESSO ESCOCIAN INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanai)   Faixa etária 1 ano a 3 anos e 11 meses  Energia (Kcal) Proteínas (g) Lipideos (g) Carboidrato (g) Cálcio (mg) Ferro (mg) Retinol (mcg) vitamina C (mg)	QUINTA-FEIRA	26/dez	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		R	ECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Energia (Kcal) Proteinas (g) Lipideos (g) Carboidrato (g) Cálcio (mg) Ferro (mg) Retinol (mcg) vitamina C (mg)	SEXTA-FEIRA	27/dez	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		R	ECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	PARCIAL MANHA	Ene	rgia (Kcal) Proteínas (g)	Lipideos (g)				Retinol (mcg)	vitamina C (rng)
PARCIAL MANHA PARCIAL TARDE		7							
PRIVAL INDE									

FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO / MELANCIA / BANANA / MAÇÃ

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, salvos que fazem uso de leite especiais-dieta;
- 2.FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a MAÇÃ deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

Lilian Saylar Kurik Lilian Saylar Kurik Criss 31 428

Nutreionista ONIV 57579 36 1

<sup>\*</sup> Todas as SALADAs, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: Salsinha e cebalinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção / \*3 Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.



#### Educação Infantil de 6 à 12 meses

Periodo Parcial Manhã - 8h às 12h Periodo Parcial Tarde - 13h às 17h Periodo Integral - 8h às 17h



	DATA	Desjejum   08h às 08h30	Almoço 10h às 11h		Lanche   13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	2/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIAI (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU COZIDO		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C, TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)
TERÇA-FEIRA	3/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIJ (CUBOS PEQUENOS) / PURÊ DE BATATA (FATIAS FINAS)		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ / FRANGO EM CUBOS / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA- FEIRA	4/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARN CENOURA COZIDA (PALITOS	Service for the state of the state of the service of the service of the state of the service of the state of the service of th	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO REFOGADA (FATIAS FINAS)
QUINTA- FEIRA	5/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CO CUBOS / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PI COZIDO	AND THE PROPERTY OF THE PROPERTY OF THE PARTY OF THE PART	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA D CENOURA (PALITOS PEQUENOS)
SEXTA-FEIRA	6/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACEL FINAS)		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / POLENTA / SALADA DE BETERRABA (CUBOS PEQUENOS
			INFORMAÇÕES	NUTRICIONAIS - (*Média Se	manal)	
Faixa etária	Energ	gia (Kcal) Proteínas (g)	Lipídeos (g) Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg) Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	69	91,98 27,52	22,62 94,58	421,96	8,84 532,09	63,73
SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30	Almoço   10h às 11h		Lanche   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA			PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / F	RANGO EM CUBOS /		
Line	9/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) (FATIAS FINAS)	/ REPOLHO REFOGADO	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE MOÍDA / CENOURA (CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS
	9/dez 10/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2		NE MOÍDA C/ MOLHO /		
			(FATIAS FINAS) PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARI	NE MOÍDA C/ MOLHO / (FATIAS FINAS) O / ABOBRINHA COZIDA	FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 /	(CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU  (PALITOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA /
TERÇA-FEIRA QUARTA-	10/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARI POLENTA / ACELGA REFOGADA  SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIAD	NE MOÍDA C/ MOLHO / (FATIAS FINAS)  O / ABOBRINHA COZIDA OLHO (FATIAS FINAS)  IL COM TOMATE (CUBOS CUBOS PEQUENOS) /	FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 /	(CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / BATATA  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS
TERÇA-FEIRA  QUARTA- FEIRA  QUINTA- FEIRA	10/dez 11/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARI POLENTA / ACELGA REFOGADA  SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIAD (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REP  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNI PEQUENOS) / BATATA DOCE COZIDA (	NE MOÍDA C/ MOLHO / (FATIAS FINAS)  O / ABOBRINHA COZIDA OLHO (FATIAS FINAS)  IL COM TOMATE (CUBOS CUBOS PEQUENOS) / OS) / SUCO DE MANGA  NE MOÍDA / SALADA DE	FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 /	(CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / BATATA  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / BATATA COZIDA /
TERÇA-FEIRA  QUARTA- FEIRA  QUINTA- FEIRA	10/dez 11/dez 12/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 (RC -	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARI POLENTA / ACELGA REFOGADA  SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIAD (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REP  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNI PEQUENOS) / BATATA DOCE COZIDA ( SALADA DE CHUCHU (CUBOS PEQUENO)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARI REPOLHO COM CENOURA (RC - CON	NE MOÍDA C/ MOLHO / (FATIAS FINAS)  O / ABOBRINHA COZIDA OLHO (FATIAS FINAS)  IL COM TOMATE (CUBOS CUBOS PEQUENOS) / OS) / SUCO DE MANGA  NE MOÍDA / SALADA DE	FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE	(CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEJIÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEJIÃO / CARNE MOÍDA / BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / BATATA  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  ARROZ / FEJIÃO / FRANGO COZIDO / BATATA COZIDA /
TERÇA-FEIRA  QUARTA- FEIRA  QUINTA- FEIRA	10/dez 11/dez 12/dez 13/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 (RC -	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARI POLENTA / ACELGA REFOGADA  SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIAD (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REP  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNI PEQUENOS) / BATATA DOCE COZIDA ( SALADA DE CHUCHU (CUBOS PEQUENO)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARI REPOLHO COM CENOURA (RC - CON	NE MOÍDA C/ MOLHO / (FATIAS FINAS)  O / ABOBRINHA COZIDA OLHO (FATIAS FINAS)  IL COM TOMATE (CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / DS) / SUCO DE MANGA  NE MOÍDA / SALADA DE NSELHO DE CLASSE)	FRUTA  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE	(CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS  PAPA SALGADA - ARROZ / FEJIÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)  PAPA SALGADA - ARROZ / FEJIÃO / CARNE MOÍDA / BETERRABA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / BATATA  MACARRÃO AO MOLHO / CARNE CUBOS (CUBOS PEQUENOS) / MANDIOCA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  ARROZ / FEJIÃO / FRANGO COZIDO / BATATA COZIDA /

<sup>\*</sup>Todas as SALADAs, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: Salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção / \*3 Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

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 MAÇÃ, MELÃO e PERA, deverãos ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistencia de purê (papa de fruta);
- 2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas MAÇÃ, MELÃO e PERA, deverãos ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semante 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



Lilian Januri Kurik Lilian Januri Kurik Kw3 - 31 426



#### Educação Infantil de 6 à 12 meses

Período Parcial Menhã - 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	16/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZI (CUBOS PEQUENOS) / ABÓBORA REFOGADA (PA / SALADA DE ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS) DE PAIS E MESTRES)	LITOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA I FRUTA* (RPM - REUN MESTRES	IÃO DE PAIS E	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)
TERÇA-FEIRA	17/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍI REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE / FINAS) (RP - REUNIÃO PEDAGÓGI	ACELGA (FATIAS	FÓRMULA LACTEA I FRUTA* (RP - RI PEDAGÓGI	EUNIÃO	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS) (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)
QUARTA- FEIRA	18/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE CUBOS / CENOUR PEQUENOS) / CHUCHU COZIDO (CUBOS P		FÓRMULA LACTEA I FRUTA*		PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUINTA- FEIRA	19/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM C E TOMATE (CUBOS PEQUENOS) / SALADA D (PALITOS PEQUENOS)		FÓRMULA LACTEA I FRUTA*		PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU
SEXTA-FEIRA	20/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESC	COLAR	RECESSO ESCOLAR
			INFORMAÇÕES NUTRIC	IONAIS - (*Média Se	emanal)	N/Selina -	
FAIXA ETÁRIA	Energ	gia (Kcal) Proteínas (g)	Lipídeos (g) Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg) Re	tinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	7:	17,39 28,83	22,70 99,43	428,04	9,27	487,06	61,38
SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30	Almoço   10h às 11h		Lanche   13h às	s 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	23/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESC	COLAR	RECESSO ESCOLAR
TERÇA-FEIRA	24/dez	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		PONTO FACUL	TATIVO	PONTO FACULTATIVO
QUARTA- FEIRA	25/dez	FERIADO	FERIADO		FERIADO	0	FERIADO
QUINTA- FEIRA	26/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESC	COLAR	RECESSO ESCOLAR
SEXTA-FEIRA	27/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESC	COLAR	RECESSO ESCOLAR
Faixa etária 6-12 meses	Ene	rgia (Kcal) Proteinas (g)	INFORMAÇÕES NUTRI Lípideos (g) Carboidrato (g)	CIONAIS - (*Média Semana Cálcio (mg)		Retinol (mag)	vitamina C (mg)

<sup>\*</sup> Todas as SALADAs, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: Salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção / \*³Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

- 1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas MAÇÃ, MELÃO e PERA, deverãos ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistencia de purê (papa de fruta);
- 2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas MAÇÃ, MELÃO e PERA, deverãos ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semante 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 coaldos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua

Aprovação: Departame

IUM Dajviri Kuriki Instruções PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idada.

2. FRUTAS: ATENÇÃO:



#### Educação Infantil de 04 à 06 meses

Educação infantil de 0 à 3 meses somente fórmula 01 - 4 vezes ao dia

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



FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	200 <b>-</b> 100 - 100
			FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
nergia (Kcal) Proteínas (g) 626,22 13,86	Lipídeos (g)   Carboidrato (g)   Cálcio (mg)   32,76   69,30   478,80	Ferro (mg) Retinol (mcg) 6,93 718,20	vitamina C (mg) 138,60
Desjejum   08h às 08h30	Almoço   10h às 11h	Lanche   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
z FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RC -	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RC - CONSELHO DE	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RC - CONSELHO DE CLASSE)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RO
2	Desjejum   08h às 08h30  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	Desjejum   08h às 08h30  Desjejum   08h às 08h30  Almoço   10h às 11h  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	ergia (Kcal) Proteínas (g) Lipídeos (g) Carboidrato (g) Cálcio (mg) Ferro (mg) Retinol (mog) 626,22 13,86 32,76 69,30 478,80 6,93 718,20  Desjejum i 08h às 08h30 Almoço i 10h às 11h Lanche   13h às 13h30  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1

\* 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: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

- 1. Bebês de 0 a 3 meses e 29 dias devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;
- 2. ATENÇÃO: de 4 a 5 meses e 29 dias de idade: as frutas MAÇA, MELÃO e PERA, deverãos ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistencia de purê (papa de fruta).

  As demais frutas são ofertadas amassadas.

Jan Sayuri Kurik Buricionista Buricionista CRN3 - 31.426

Debort O Santana Number onista



#### Educação Infantil de 04 à 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
SEGUNDA- FEIRA	16/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)
TERÇA-FEIRA	17/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RP - REUNIA PEDAGÓGICA)
QUARTA- FEIRA	18/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
QUINTA- FEIRA	19/dez	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
SEXTA-FEIRA	20/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
FAIXA ETÁRIA	Ener	rgia (Kcal) Proteínas (g)	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)  Lipideos (g) Carboidrato (g) Cálcio (mg)	Ferro (mg) Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	6	326,22 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
SEGUNDA- FEIRA	23/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
TERÇA-FEIRA	24/dez	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
QUARTA- FEIRA	25/dez	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
QUINTA- FEIRA	26/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
SEXTA-FEIRA	27/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
		L	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		

<sup>\*</sup> Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR / salsinha e cebolinha da agricultura familiar deverá ser colocada em todas as preparações

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 3 meses e 29 dias devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

2. ATENÇÃO: de 4 a 5 meses e 29 dias de idade: as frutas MAÇA, MELÃO e PERA, deverãos ser ofertas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistencia de purê (papa de fruta).

As demais frutas são ofertadas amassadas.

Debora Santana

Nutricionista

26

Lilian Sayuri Kurik Nutricionista RN3 - 31.426



#### Educação Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses

SECRETARIA HILANCIPIA, DE EDUCAÇÃO CIÊNCIA, TECNOLOGIA É RIOVAÇÃO

Periodo Integral - 8h às 17h

SEMANA	DATA		Desjejum			Almo	oço			Lanche
SEGUNDA- FEIRA	2/dez	LEITE C/ CAFÉ	É / PÃO DE SAL C/ REQUEI.	JÃO / FRUTA*	ARROZ / FEIJÃO SA	PRETO C/ LING ALADA DE CEN			SUCO DE G	OIABA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO
TERÇA- FEIRA	3/dez	LEITE C/ CHO	COLATE / PÃO DE LEITE CA FRUTA	/ MANTEIGA /	ARROZ / FEIJÃO CUBOS	/FRANGO COZ S / SALADA DE I			LEITE C/ CAFÉ / E	BOLO CASEIRO DE CENOURA / FRUT
QUARTA- FEIRA	4/dez	SUCO DE UV	VA / PÃO DE SAL C/ PERNIL	_ DESFIADO	MACARRÃO AO S COZIDA	SUGO / CARNE A / SALADA DE I			LEITE C/ CHOCO	DLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA
QUINTA- FEIRA	5/dez	VITAMINA D	DE BANANA C/ MAÇÃ / PÃO REQUEIJÃO	DE SAL C/	ARROZ / FEIJÃO	/ OVO COZIDO ACEL		E / SALADA DE	LEITE C/ CHOO	COLATE / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA
SEXTA- FEIRA	6/dez	LEITE COM CA	AFÉ / PÃO DE SAL C/ MANT	EIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO	/ FRANGO COZ REPOLHO I		A / SALADA DE	SUCO DE UVA	PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO QUEIJO E TOMATE
				INF	FORMAÇÕES NUTRIC	CIONAIS - (*Média	a Semanal)			ments made at a principal solution of
Faixa etária	E	nergia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos	(g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
6 a 10 anos		1136,95	40,07	30,79		174.89	508,22	4,90	406,93	55,33

#### FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MELÃO.

EMANA	DATA		Desjejum		Alm	oço	SEASON SE		Lanche
SEGUNDA- FEIRA	9/dez	LEITE C/ CAF	É / PÃO DE SAL C/ MANTE	IGA / FRUTA*	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEX ABÓBORA COZIDA EM CUBOS A			SUCO DE CAJU /	PÃO DE SAL COM CARNE MOÍDA ACELGA
TERÇA- FEIRA	10/dez	VITAMINA D	E BANANA C/ MAÇÃ / PÃO REQUEIJÃO	DE LEITE C/	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO CO SALADA DE BETERRA			CHÁ MATE / PĀ	O DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA
QUARTA- FEIRA	11/dez	LEITE COM CHO	DCOLATE / PÃO DE SAL CO FRUTA	OM MANTEIGA /	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL ABOBRINHA COZIDA EM CU RAL			LEITE C/ CAFÉ /	PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA
QUINTA- FEIRA	12/dez	SUCO DE CAJU	/ PÃO DE SAL COM REQU	JEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA PER	A / BATATA DOC PINO	CE / SALADA DE	LEITE C/ CHO	COLATE / BOLO DE CHOCOLATE
SEXTA- FEIRA	13/dez	IOGURTE COM	M CEREAL / FRUTA (RC - C	CONSELHO DE	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / SALADA DE REPOLHO C/ TO CLA				/ PÃO DE SAL C/ MANTEIGA (RC - NSELHO DE CLASSE)
				INFOR	RMAÇOES NUTRICIONAIS - (*Me	dia Semanal)			
Faixa etária	E	nergia (Kcal)	Proteinas (g)	Lipídeos (	(g) Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
6 a 10 anos		1083,88	38,66	33,76	156,34	460,80	5,89	390,59	152,17

\* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*3 Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

lian Sayuri Ku Nutricionista CRN3 - 31.426





#### Educação Fundamental - de 6 anos à 10 anos e 11 meses



Período Integral - 8h às 17h

SEMANA	DATA		Desjejum			Alm	oço			Lanche	
SEGUNDA- FEIRA	16/dez	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO (TOMAT E QUEIJO) / FRUTA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)				RÃO AO MOLHO / FI SALADA DE CENOI MEST	JRA (RPM - RE		E LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / FRUTA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)		
TERÇA- FEIRA	17/dez	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO / FRUTA (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)			ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA EM CUBOS / SALADA DE ABOBRINHA EM CUBOS (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)				SUCO DE GOIABA / TORTA COM CARNE MOÍDA C/ CENOURA, CEBOLA E ABOBRINHA (RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA)		
QUARTA- FEIRA	18/dez	SUCO DE UVA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO		ARROZ / F	EIJĀO / CARNE MO BETERRABA		LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA FRUTA				
QUINTA- FEIRA	19/dez	VITAMINA DE	BANANA* / PÃO DE LEITE (	C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJ	ÃO / FRANGO DESF DE PEPINO FATI		SUCO DE CAJU / PÃO DE SAL COM PERNIL / FRUTA			
SEXTA- FEIRA	20/dez		RECESSO ESCOLAR			RECESSO	ESCOLAR			RECESSO ESCOLAR	
				INFO	RMAÇÕES N	UTRICIONAIS - (*Mé	dia Semanal)				
Faixa etária		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeo	s (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	
6 a 10 anos		1124,09	41,57	26,9	3	178,86	369,53	5,45	352,14	118.68	

EMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche		
SEGUNDA- FEIRA	23/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		
TERÇA- FEIRA	24/dez	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		
QUARTA- FEIRA	25/dez	FERIADO	FERIADO	FERIADO		
QUINTA- FEIRA	26/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		
SEXTA- FEIRA	27/dez	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR		
		INF	ORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)			
Faixa etária	Energia	(Kcal) Proteinas (g) Lipíde	os (g) Carboidrato (g) Cálcio (mg) Ferro (mg)	Retinol (mcg) Vitamina C (mg)		

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇÃ

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti



<sup>\*</sup> Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.



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



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

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇ	A-FEIRA	QUARTA-FEIR	A	QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA
	2/dez	3/dez		4/dez			5/dez	6/dez
Manhā / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / SALADA DE CENOURA COZIDA / FRUTA		COLATE / PÃO DE JEIJÃO / FRUTA	MACARRÃO AO SUGO MOÍDA REFOGADA / COZIDA / SALADA DE FATIADO / FRU	BATATA REPOLHO	SUCO DE CA	AJU / PÃO DE SAL MOÍDA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO FATIADO
			INFORMAÇ	ÕES NUTRICIONAIS - (*Média Se	manal)			
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
4 - 5 anos	328,57	13,07	7,44	52,33	88,41	1,83	144,43	60,52
6 - 10 anos	379,12	15,07	8,34	60,95	103,23	2,12	175,92	69,04
> 15 anos	483,41	20,06	10,95	76,16	123,79	2,65	224,69	86,64
			FRUTAS DA SEMA	ANA: BANANA / MELÃ	O / MELAI	NCIA		

FRUTAS DA	A SEMANA: BANANA /	MELÃO /	MELANCIA

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇ	A-FEIRA	QUARTA-FEIR	4	QUI	INTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
2	2/dez	3/dez		4/dez		5/dez		6/dez	
Intermediário / Noturno	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / SALADA DE CENOURA COZIDA / FRUTA	COZIDO / AB EM CUBOS	JÃO / FRANGO ÓBORA COZIDA 6 / SALADA DE CUBOS / FRUTA	MACARRÃO AO SUGO MOÍDA REFOGADA / I SALADA DE REPOLHO / FRUTA	POLENTA /	COZIDO (	/ FEIJÃO / OVO C/ VINAGRETE / E ACELGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO FATIADO	
		TOTAL TOTAL	INFORMA	ÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Se	manal)				
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)	
4 - 5 anos	321,88	15,10	6,68	50,35	62,58	2,75	153,84	13,14	
6 - 10 anos	381,85	17,72	7,47	60,94	71,85	3,23	189,45	17,12	
> 15 anos	504,17	23,96	9,49	80,73	88,71	4,01	236,87	21,47	

\*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*3 Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti



# CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL



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

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



2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇ	A-FEIRA	QUARTA-FEIR	A	QU	INTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	9/dez	10/dez		11/dez		12/dez		13/dez
Manhã / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA EM CUBOS / SALADA DE ACELGA FATIADO / FRUTA	SUCO DE C	AJU / PÃO C/ FIADO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEI TOMATE EM CUI ABOBRINHA COZIDA I / VIRADO DE CENOUR	IJÃO / PERNIL COM TE EM CUBOS / COZIDA EM CUBOS		/ PÃO DE SAL C/ EIGA / FRUTA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE)
			INFORMA	ÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Se	manal)			
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
4 - 5 anos	332,48	12,97	7,16	54,04	93,22	2,11	127,20	58,02
6 - 10 anos	382,37	14,59	7,93	63,16	103,58	2,43	151,25	65,91
> 15 anos	468,65	18,66	10,25	75,45	130,17	2,88	181,63	80,23
			FRUTAS DA SEM	ANA: BANANA / MAÇA	A / MELANO	CIA		

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇ	A-FEIRA	QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
OE .	9/dez 10/dez 11/dez				12/dez	13/dez			
Intermediário / Noturno	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA EM CUBOS / SALADA DE ACELGA FATIADO / FRUTA	COZIDO REFOGADO BETERRAB	JÃO / FRANGO / CHUCHU D / SALADA DE A COZIDA EM S / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE EM CUBOS / ABOBRINHA COZIDA EM CUBOS		ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BATATA DOCE / SALADA DE PEPINO / FRUTA		MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE)	
			INFORMA	ÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Ser	nanal)				
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)	
4 - 5 anos	327,64	15,84	5,88	52,84	71,80	3,04	91,33	10,03	
6 - 10 anos	392,30	18,35	6,34	65,46	81,21	3,54	110,25	12,71	
> 15 anos	510,96	25,08	8,21	84,18	105,90	4,42	157,43	15,43	

\* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*3 Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti





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

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



3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇ	A-FEIRA	QUARTA-FEIR	A	QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
	16/dez	REFOGADO / FRUTA (RP -		18/dez			19/dez	20/dez	
Manhā / Tarde / Vespertino	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO COZIDO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE CENOURA / FRUTA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)			ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / POLENTA / SALADA DE BETERRABA EM CUBOS		LEITE C/ CAFÉ / PÃO C/ MANTEIGA / FRUTA		RECESSO ESCOLAR	
			INFORMA	ÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Se	manal)				
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	
4 - 5 anos	316,66	12,94	6,42	51,79	73,94	1,88	136,95	34,85	
6 - 10 anos	369,77	14,74	7,94	59,83	93,28	2,25	168,01	39,70	
> 15 anos	440,95	18,86	8,19	72,96	99,27	2,62	220,37	49,36	
			FRUTAS DA SEN	IANA: BANANA / MAÇ	à / MELAN	CIA			

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇ <i>i</i>	A-FEIRA	QUARTA-FEIR	A	QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA
ę.	16/dez	17,	dez e	18/dez		1	19/dez	20/dez
Intermediário / Noturno	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO COZIDO / CHUCHU REFOGADO / SALADA DE CENOURA / FRUTA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	CUBOS / ABÓ EM CUBOS ABOBRINHA FRUTA (RP	JÃO / CARNE BORA COZIDA / SALADA DE EM CUBOS / - REUNIÃO GÓGICA)	ARROZ / FEIJÃO / MOÍDA / POLENTA / S BETERRABA EM (	SALADA DE	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BATATA DOCE / SALADA DE PEPINO FATIADO EM CUBOS / FRUTA		RECESSO ESCOLAR
			INFORMA	ÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Se	manal)			
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4 - 5 anos	320,78	16,29	4,44	53,90	48,21	3,15	93,34	8,50
6 - 10 anos	384,43	18,93	4,79	66,40	56,56	3,67	110,92	10,81
> 15 anos	497,19	25,79	5,94	85,15	68,52	4,53	133,56	12,24

<sup>\*</sup> Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*² AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*³ Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti



# CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL



### 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 Inrermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	23/dez	24/dez	25/dez	26/dez	27/dez	
Manhä / Tarde / Vespertino	RECESSO ESCOLAR	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	
		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						
6 - 10 anos						
> 15 anos						

### FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MAÇÃ / MELANCIA

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
0 0	23/dez	24/dez	25/dez	26/dez	27/dez RECESSO ESCOLAR	
Intermediário / Noturno	RECESSO ESCOLAR	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	RECESSO ESCOLAR		
		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						
6 - 10 anos						
> 15 anos						

<sup>\*</sup> Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*² AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*³ Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti







Itaquaquecetuba, 28 de novembro de 2024.

### COMUNICADO Nº 345/Semecti/2024

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

Assunto: Cardápios do mês de dezembro/2024.

### Senhor (a) Diretor (a),

0

A Secretaria Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação - Semecti, por meio do Departamento de Nutrição Escolar, encaminha os cardápios do mês de **dezembro/2024** para ciência e acompanhamento de todos os funcionários envolvidos no controle de merenda.

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.<sup>a</sup> Maria Cristina Perpetuo dos Santos Soares Secretária Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação.

Rua Cabrália s/n° - Estação — Itaquaquecetuba — SP CEP: 08571-020 E-mail: nutricao@semecti.com.br | Telefone: (11) 4647-0544