

## Pré Escola - 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 7/nov	
3/nov	4/nov	5/nov	6/nov		
LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ CARNE MOÍDA (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	
ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA DE PEPINO (RODELAS) (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTĀ (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	
	INFORMAÇÕI	ES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)			
Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg) 736.13	
	3/nov  LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA  ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)	LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA  ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)  ARROZ / FEIJÃO SOMATIVA)  ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA DE PEPINO (RODELAS) (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA  ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)  ARROZ / FEIJÃO SOMATIVA)  SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO (AVALIAÇÃO SOMATIVA)  ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA DE PEPINO (RODELAS) (AVALIAÇÃO SOMATIVA)  (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA (AVALIAÇÃO SOMATIVA)  INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal) Lipideos (g)	3/nov  4/nov  5/nov  6/nov  LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA  ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)  ARROZ / FEIJÃO SOMATIVA)  ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)  ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA REFOGADA / SALADA CUBOS MÉDIOS) / FRUTÁ (AVALIAÇÃO SOMATIVA)  ARROZ / FEIJÃO / CARNE (CUBOS MÉDIOS) / FRUTÁ (AVALIAÇÃO SOMATIVA)  INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal) Lipideos (g)  Carboidrato (g)	

\*¹Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*² AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familian 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. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.

Nut idionista

ilian Sayuri Kurik Nutricionista CRN3 - 31.426



## Pré Escola - 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

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
Z- SLIVIANA	10/nov	11/nov	12/nov	13/nov	14/nov	
Manhā / Tarde / Vespertino	LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO	LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA .*	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL COM QUEIJO	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ FRANGO DESFIADO	
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	
		INFORMAÇÕ	ES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)			
Faixa etária 4 - 14 anos	Energia (Kcal) 616,09	Proteínas (g) 29,60	Lipídeos (g) 20,01	Carboidrato (g) 79,40	Sódio (mg) 728,70	

\*¹Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*² AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, 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. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.

Debor O. Santana Nurricionista C. X3 57579

Lilian Sayuri Kurik Nutricionista CRN3 - 31.426



# Pré Escola - 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-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
J- JEINIANA	17/nov	18/nov	19/nov	20/nov	21/nov
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE LEITE COM QUEIJO	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C/ ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO EM CUBOS / SALADA DE CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
		INFORMAÇÕ	ES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		
Faixa etária 4 - 14 anos	Energia (Kcal) 620,11	Proteínas (g) 28,96	Lipídeos (g) 21,23	Carboidrato (g) 78,31	Sódio (mg) 674,48

\*¹Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*² AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, 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. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.

Debord & Santana Nutricionista CTA 57579 V 15.10

Lilian Sayuri Kurik Nutricionista CRN3 - 31.426



# Pré Escola - 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	
	24/nov 25/nov 26/no		26/nov	27/nov	28/nov	
Manhā / Tarde / Vespertino	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	SAL ARTESANAL COM 100% / PÃO DE SAL		LEITE COM CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ CARNE MOIDA	
Almoço	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE CHUCHU COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABOBRINHA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C/ CENOURA (CUBOS MÉDIOS)	
		INFORMAÇÕI	ES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)			
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)	
4 - 14 anos	615,16	28,17	20,45	79,60	697,63	

\*\*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, 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. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.

Lilian Sayuri Kuriki Notricionista CRN3 - 31.426



1117,30

372,06



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

Período Integral - 8h às 17h



LEITE COM CACAU EM ARTESANAL C  VITAMINA DE BANANA / F MANTEIO  LEITE C/ CAFÉ / BOLO I (CACAU E VITAMINA DE CHOCOL	PÃO DE SAL ARTESANAL C/ GA / FRUTA  DE CHOCOLATE CASEIRO M PO 100%)  ATE CREMOSO (LEITE C/	Almoço  ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇ FATIADA (CORTES  ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA (RODELAS)  ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABO MÉDIOS)  ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMAT	FINOS) / SALADA DE PEPINO DBRINHA COZIDA (CUBOS	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL ARTESANAL CARNE MOÍDA  LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA
VITAMINA DE BANANA / F MANTEIO  LEITE C/ CAFÉ / BOLO I (CACAU E  VITAMINA DE CHOCOL	PÃO DE SAL ARTESANAL C/ GA / FRUTA DE CHOCOLATE CASEIRO	FATIADA (CORTES ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA (RODELAS) ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABO MÉDIOS)	FINOS) / SALADA DE PEPINO DBRINHA COZIDA (CUBOS	CARNE MOÍDA  LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE LEITE
MANTEIO  LEITE C/ CAFÉ / BOLO I  (CACAU E  VITAMINA DE CHOCOL	GA / FRUTA DE CHOCOLATE CASEIRO M PO 100%)	(RODELAS)  ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABO MÉDIOS)	DBRINHA COZIDA (CUBOS	ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE LEITE
VITAMINA DE CHOCOL	M PO 100%)	MÉDIOS)		
	ATE CREMOSO (LEITE C/	APPOZ / EELIÃO / EPANCO C/ TOMAT		
	PÓ 100%) / PÃO DE SAL DE CENOURA C/ QUEIJO	COZIDA (CUBOS M		SUCO DE MANGA / TORTA DE FRANGO
	DE LEITE ARTESANAL C/ D/FRUTA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARN COZIDA (CUBOS M	12	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL ARTESANAL MANTEIGA / FRUTA
	- T 1	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal	1)	
Energia (Kcal)	Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
981,15	40,76	33,75	128,59	1072,10
343,57	17,54	9,15	43,08	479,68
348,50	15,34	13,11	42,29	455,45
	981,15	981,15 40,76 343,57 17,54 348,50 15,34	Energia (Kcal)         Proteinas (g)         Lipideos (g)           981,15         40,76         33,75           343,57         17,54         9,15           348,50         15,34         13,11	981,15     40,76     33,75     128,59       343,57     17,54     9,15     43,08

		FRUIA	IS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇA.	
SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
SEGUNDA-	10/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ PATE DE	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO /	LEITE C/ CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL
FEIRA		CENOURA C/ QUEIJO	ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARTESANAL C/ MANTEIGA
TERÇA-	11/nov	LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / CENOURA COZIDA	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL C/
FEIRA		ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA	(CUBOS MÉDIOS)	QUEIJO / FRUTA
QUARTA-	12/nov	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA /	SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOU
FEIRA		MANTEIGA	SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	E ABOBRINHA
QUINTA-	13/nov	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO	LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL
FEIRA		FRANGO DESFIADO	(FATIAS FINAS)	ARTESANAL C/ MANTEIGA
SEXTA- FEIRA	14/nov	LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS)	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO / FRUTA
Faixa etária		Energia (Kcal) Proteinas (g)	INFORMAÇOES NUTRICIONAIS - ("Média Semanal)  Lipideos (g) Carboidrato (g)	Sódio (mg)

379,24 PARCIAL TARDE 315.34 16.59 10,61 37,94 FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MELÃO.

31,26

11.52

46,83

17,36

965,12

366,59

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

124,11

36.04

1. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.

3. BOLO DE CENOURA (INGREDIENTES): Farinha de trigo, açúcar, oleo de soja, ovo, cenoura e fermento químico em pó. / BOLO DE CHOCOLATE (INGREDIENTES): Farinha de trigo, açúcar, oleo de soja, ovo, chocolate, e fermento químico em pó.

4. TORTA DE FRANGO (INGREDIENTES ): Massa: Farinha de trigo, oleo de soja, ovo, leite, fermento quimico em pó, sal. Recheio: Frango, cenoura, abobrinha, oleo de soja, cebola, alho triturado, sal e salsa. / TORTA DE CARNE MOÍDA (INGREDIENTES ): Massa: Farinha de trigo, oleo de soja, ovo, leite, fermento quimico em pó, sal. Recheio: Carne moída, cenoura, abobrinha, oleo de soja, cebola, alho triturado, sal e salsa.

INTEGRAL

PARCIAL MANHA

<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.



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

Período Integral - 8h às 17h



				Periodo integral - on as 1711	PART CONTRACTOR (CARPORTED	
SEMANA	DATA	Desjejur		Almoço		Lanche
SEGUNDA- FEIRA	17/nov	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE MANTEI		ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SAL (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO	
TERÇA- FEIRA	18/nov	SUCO DE MANGA / PÃO DE SA / FRUT		ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C/ ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)		LEITE COM CAFÉ / BOLO DE CENOURA SIMPLES / FRUTA
QUARTA- FEIRA	19/nov	LEITE COM CACAU EM PO ARTESANAL C/ I		MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO EM C CHUCHU (CUBOS MÉDIOS	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OV MEXIDO C/ QUEIJO	
QUINTA- FEIRA	20/nov	FERIAD	0	FERIADO	FERIADO	
SEXTA- FEIRA	21/nov	PONTO FACU	TATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	
				INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		
Faixa etária		Energia (Kcal)	Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL		961,82	39,32	29,63	134,48	1039,52
PARCIAL MANHA		265,80	17,69	5,48	37,65	273,98
PARCIAL TARDE		348,70	15,16	7,05	47,64	304,28
				FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / MAÇÃ.		
	A Discount of the last				MITTER SERVICE TO THE SERVICE TO THE	

	Desjejum	Almoço		Lanche		
	CAU EM PO 100% / PÃO DE SAL SANAL C/ MANTEIGA	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E COZIDA (CUBOS MÉ		SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL ARTESANAL C CARNE MOÍDA		
Inou	THE STREET	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ B MÉDIOS)	ATATA COZIDA (CUBOS	SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOU E ABOBRINHA / FRUTA		
/nov VITAMINA DE BAN	ANA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO			LEITE C/ CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA		
Inov				LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA		
		ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C MÉDIOS)	C/ CENOURA (CUBOS	LEITE C/ CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ QUEIJO / FRUTA		
		INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Seman	al)			
Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)		
942,15	38,03	32,15	1060,08	1060,08		
323,46	16,23	9,84	39,68	352,43		
315,26	13,96	9,21	39,03	348,35		
/n	LEITE COM CAFÉ MA  NOV VITAMINA DE BAN  SUCO DE MANGA / DE C  NOV LEITE C/ CACAU EM C/ N  Energia (Kcal)  942,15  323,46	ARTESANAL C/ MANTEIGA  LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO  SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ PATE DE CENOURA C/ QUEIJO  LEITE C/ CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  Energia (Kcal)  Proteínas (g)  942,15 38,03 323,46 16,23 315,26 13,96	ARTESANAL C/ MANTEIGA  COZIDA (CUBOS MÉ  DOV  LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  OV MANTEIGA / FRUTA  NEDIOS)  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO  SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ PATE DE CENOURA C/ QUEIJO  LEITE C/ CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VI ACELGA (FATIAS F  NOV  INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Seman  Energia (Kcal)  Proteínas (g)  Lipideos (g)  942,15  323,46  16,23  9,84  315,26  13,96  POLITION ARROZ / FEIJÃO / CARNE MÓDA C MÉDIOS)	ARTESANAL C/ MANTEIGA  COZIDA (CUBOS MÉDIOS)  LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  OVO MANTEIGA / FRUTA  ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)  VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO  SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ PATE DE CENOURA C/ QUEIJO  ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)  LEITE C/ CACAU EM PO 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA  INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)  Energia (Kcal)  Proteinas (g)  Lipídeos (g)  Carboidrato (g)  942,15  38,03  32,16  16,23  9,84  39,68		

<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.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampteo

Aprovação: Departamento Nútrição Semecti

Debordo Santalit

Santal 4. TORTA DE FRANGO (INGREDIENTES ): Massa: Farinha de trigo, oleo de soja, ovo, leite, fermento quimico em pó, sal. Recheio: Frango, cenoura, abobrinha, oleo de soja, cebola, alho triturado, sal e salsa. / TORTA DE CARNE MOÍDA (INGREDIENTES ): Massa: Farinha de trigo, oleo de soja, ovo, leite, fermento quimico em pó, sal. Recheio: Carne moída, cenoura, abobrinha, oleo de soja, cebola, alho triturado, sal e salsa.

# CARDÁPIO CRECHE

# Zampted

### Educação 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
SEGUNDA- FEIRA	3/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			ACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
TERÇA-FEIRA	4/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	EA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
QUARTA- FEIRA	5/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			ACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
QUINTA- FEIRA	6/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFAN	TIL 1	FÓRMULA L	ACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
SEXTA-FEIRA	7/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFAN	TIL 1	FÓRMULA L	ACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
				INFORMAÇÕES NUTRI	CIONAIS - (*Média Semanal)			
Faixa etária	Ener	gia (Kcal) Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	4	57,24 10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20

SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30		Almoço   10h às 11h		Lanche	13h às 13h30	Jantar   15h às 16h	
SEGUNDA- FEIRA	10/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFAN	TIL 1	FÓRMULA L	ACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	
TERÇA-FEIRA	11/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
QUARTA- FEIRA	12/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTE				FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	
QUINTA- FEIRA	13/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA I		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	
SEXTA-FEIRA	14/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓ		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	
					CIONAIS - (* Média Semanal)				
Faixa etária		gia (Kcal) Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg) 101,20	
4-6 meses	45	57,24 10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40 Departamento Nutrição Zar	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
		Aprovação: Depa	tamento Nutrição Semecti			Elaboração:	Departamento Nutrição zar	inter	

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

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





## CARDÁPIO CRECHE

# Zamptec

### Educação 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	Desjeju	ım   08h às 08h30		Almoço   10h às 11h		Lanche	13h às 13h30	Jantar   15h às 16h				
SEGUNDA- FEIRA	17/nov	FÓRMULA	LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTI	L1	FÓRMULA L	LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1				
TERÇA-FEIRA	18/nov	FÓRMULA	LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓF		FÓRMULA I	LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
QUARTA- FEIRA	19/nov	FÓRMULA	ULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1					
QUINTA- FEIRA	20/nov		FERIADO FERIADO FERIADO		FERIADO			FERIADO					
SEXTA-FEIRA	21/nov	PONTO FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO			PONTO FACULTATIVO						
FAIXA ETÁRIA	Eners	gia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	INFORMAÇÕES NUTRICIO Carboidrato (g)	DNAIS - (*Média Semanal)  Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)				
4-6 meses	3	57,24	10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20				
SEMANA	DATA	Desjeju	ım   08h às 08h30		Almoço   10h às 11h		Lanche	:   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h				
SEGUNDA- FEIRA	24/nov	FÓRMULA	LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTI	L1	FÓRMULA I	LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1				
TERÇA-FEIRA	25/nov	FÓRMULA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA I	LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1						
QUARTA- FEIRA	26/nov	FÓRMULA	LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1				
QUINTA- FEIRA	27/nov	FÓRMULA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1					
				<del>                                     </del>	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1								
SEXTA-FEIRA	28/nov	FÓRMULA	LACTEA INFANTIL 1		FÓRMULA LACTEA INFANTI	L1	FÓRMULA I	LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1				
SEXTA-FEIRA	28/nov	FÓRMULA			INFORMAÇÕES NUTRICIO	DNAIS - (*Média Semanal)							
SEXTA-FEIRA  Faixa etária  4-6 meses	Energ	FÓRMULA gia (Kcal) 57,24	LACTEA INFANTIL 1  Proteínas (g) 10,12	Lipídeos (g) 23,92			Férro (mg)	Retinol (mcg)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1  vitamina C (mg)  101.20				

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

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







### Educação 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	D	esjejum   08h às 08h30		Almoço   10h às 11h		Lanche	e   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	3/nov	FÓR	MULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ,	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) (CUBOS PEQUENOS)			TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)
TERÇA- FEIRA	4/nov	FÓR	MULA LACTEA INFANTIL 2	CONTRACTOR OF THE PARTY OF THE	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			TEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ ERVILHA / CARNE CUBOS / CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA- FEIRA	5/nov	FÓR	MULA LACTEA INFANTIL 2		PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)  FÓ			TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUINTA- FEIRA	6/nov	FÓR	MULA LACTEA INFANTIL 2		SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / PURE DE BATATA
SEXTA- FEIRA	7/nov	FÓR	MULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE CANJ	IQUINHA C/ CARNE MOI COUVE	DA / TOMATE /	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA		MACARRÃO / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
					INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	- ("Média Semanal)			-
Falxa etária	Energ	tia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	55	7,80	26,68	20,66	76,29	353,96	7,58	924,50	64,15
				FRUTA	S DA SEMANA: MAMÃ	, BANANA E MAÇÂ			

SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30		Almoço   10h às 11h		Lanche	13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	10/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	ATTACAMENT CONTRACTOR OF THE STATE OF THE ST	ARROZ / FEIJÃO / CARNE REFOGADA (FATIAS FINA	Contract to a reformation to a	FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO / CHUCHU (CUBOS PEQUENOS)
TERÇA- FEIRA	11/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	The same area and the same of	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA		SOPA DE MACARRÃO C/ FEIIÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA- FEIRA	12/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2		MACARRÃO / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS)		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA		PAPA SALGADA - VACA ATOLADA (CARNE CUBOS C/ BATATA (CUBOS PEQUENOS) / ARROZ / FEIJÃO
QUINTA- FEIRA	13/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2		ARROZ / FEIJÃO / PERNI LHO REFOGADO (FATIAS	and the second of the second o	FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
SEXTA- FEIRA	14/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	2005-00 NEW TOTAL BOOK DE	CARRÃO C/ LENTILHA / C ÓBORA (CUBOS PEQUEN	CATHER THE CONTROL OF THE CONTROL	FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / FRANGO DESFIADO AO MOLHO / CHCUHU (CUBOS PEQUENOS)
				INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	- (*Média Semanal)			
Faixa etária	Energ	ia (Kcal) Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	62	5,40 27,34	20,89	82,02	352,49	7,80	413,80	58,55
			FRUTA	AS DA SEMANA: MAMÃO	, BANANA E MAÇ	1.		

\*Todas as saladas, legumes cozidos au refogados devem conter SALSA / \*2 AGRICULTURA FAMILIAR: 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 FRUTA, FRUTA 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 FRUTA, FRUTA 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 feljão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moidas, 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 moidas + legumes bem cozidos e picados . Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução; TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBES DE 6 A 12 MESES

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Debora O. Santan Nutricionista CRN 3/57579

### Educação 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	17/nov	F	ÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	Language Complete Com	- ARROZ / FEIJÃO / PERN REPOLHO REFOGADO (FA		FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
TERÇA- FEIRA	18/nov	F	ÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	MACARRÃO / FEI	MACARRÃO / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)
QUARTA- FEIRA	19/nov	ı	-ÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PATRICIAN ALTERNATION	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)		FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA		PAPA SALGADA - ARROZ / FEJJÃO / FRANGO DESFIADO / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUINTA- FEIRA	20/nov		FERIADO		FERIADO		FERIADO		FERIADO
SEXTA- FEIRA	21/nov		PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO		PONT	O FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
				-	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	- (*Média Semanal)			
FAIXA ETÁRIA	Energ	gia (Kcal)	Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboldrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	60	08,06	27,91	20,47	78,05	356,15	7,70	411,93	60,23
				FRUTA	AS DA SEMANA: MAMÃO	, BANANA E MAC	4.		

SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30	Ward Waterstein	Almoço   10h às 11h		Lanche	13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	24/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA	- ARROZ / FEIJÃO / FRAI CENOURA	NGO DESFIADO /	FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	MACARRÃO / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)
TERÇA- FEIRA	25/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2		ARROZ / FEIJÃO / CARNE EFOGADA (FATIAS FINA		FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA- FEIRA	26/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2		ARRÃO C/ FEIJÃO / FRAN ÓBORA (CUBOS PEQUEN		FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUINTA- FEIRA	27/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	ARROZ / FEIJÃO /	CARNE EM CUBOS / SAI (FATIAS FINAS)	ADA DE REPOLHO	FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
SEXTA- FEIRA	28/nov	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2		ARROZ / FEIJÃO / CARNE DZIDA (CUBOS PEQUENO		FÓRMULA LAC	TEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / FRANGO DESFIADO / CHUCHU (CUBOS PEQUENOS)
				INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	- (*Média Semanal)			
Faixa etária	Energ	gia (Kcal) Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	61	5,86 27,51	20,42	80,50	354,09	7,72	432,61	60,44
			FRUTA	S DA SEMANA: MAMÃ	O, BANANA E MAÇÂ			

\*¹Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*² AGRICULTURA FAMILIAR: 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

# APROVAÇÃO LOOS HESTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS LOOS LI FRUTAS: ATENÇÃO: DE COMPANION D

- 1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas FRUTA, FRUTA 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 FRUTA, FRUTA 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 feljão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moidas, 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 moidas + legumes bem cozidos e picados . Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução; TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBES DE 6 A 12 MESES

# Zamptec

### 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		Lanch	e   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	3/nov		ANELA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA	CANJA (ARRO	OZ, FRANGO, CENOURA E PEQUENOS)	BATATA) (CUBOS		/ PÃO DE LEITE ARTESANAL* ) MEXIDO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOIDA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)
TERÇA-FEIRA	4/nov		CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE LEITE ESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA		ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO)			BANANA / PÃO DE LEITE SANAL C/ QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO C/ ERVILHA / CARNE CUBO: / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA-FEIRA	5/nov	MINGAL	J DE AVEIA EM FLOCOS / BANANA	ARROZ / FEIJÃO	/ FRANGO COZIDO / ABÓB PEQUENOS)	ORA COZIDA (CUBOS		EM PÓ 100% / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUINTA-FEIRA	6/nov		ACEROLA / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ OVO MEXIDO / FRUTA	SOPA DE MACA	ARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE COZIDA (CUBOS PEQUEN		0.0000000000000000000000000000000000000	PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/TOMATE / PUR DE BATATA (CUBOS PEQUENOS)
SEXTA-FEIRA	7/nov	Levies and the second	CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA	SOPA DE CANJI	QUINHA C/ CARNE MOÍDA	/ TOMATE / COUVE	SALADA DE FRUT	AS C/ AVEIA (MAMÃO, MAÇÃ E BANANA)	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)
					INFORMAÇÕES NUTRICI	ONAIS - (*Média Semanal)			
Faixa etária	Ener	gia (Kcal)	Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
		10,63	18.56	13,99	52.63	183,82	2,49	562,67	71,54
PARCIAL MANHA PARCIAL TARDE		80,13	17,02	11,22	52,76	133,85	2,73	162,68	16,77
INTEGRAL		90,76	35,58	25.21	105.39	317,68	5,21	725,34	88,32
INTEGRAL	15000	UFS) E IUN		FRUT	AS DA SEMANA: MELÃO,	MELANCIA, BANANA	MAÇĂ.		
									lanter   15h àc 16h

CERARNA	DATA	Desjejum   08h às 08h30		Almoco   10h às 11h	Transmitted and	Lanch	e   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEMANA SEGUNDA- FEIRA	DATA 10/nov	LEITE C/ CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SA ARTESANAL C/ QUEIJO	L ARROZ / FEIJÃ	O / CARNE MOÍDA / SALADA FINAS)			/ PÃO DE LEITE ARTESANAL ANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)
TERÇA-FEIRA	11/nov	LEITE C/ CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE LEI ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA	TE ARROZ / FEIJĀG	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)		VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE ARTESANAL COM OVO MEXIDO		SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA-FEIRA	12/nov	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL ARTES/ C/ MANTEIGA / FRUTA	NAL MACARRÃO AO	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / CENOURA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS)		MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / BANANA		VACA ATOLADA (CARNE CUBOS C/ BATATA / ARROZ / FEIJÃO)
QUINTA-FEIRA	13/nov	CHA CLARO / PÃO DE LEITE ARTESANAL ( MANTEIGA	/ ARROZ / FEIJ	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			A / PÃO DE SAL ARTESANAL RNE MOÍDA / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
SEXTA-FEIRA	14/nov	SUCO DE GOIABA / PÃO DE LEITE ARTESAN/ OVO MEXIDO	LC/ SOPA DE MAC	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)		SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (MAMÃO, MAÇÃ E BANANA)		ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO AO MOLHO / POLENTA / CHUCHU REFOGADO (CUBOS PEQUENOS)
				INFORMAÇÕES NUTRIC	ONAIS - (*Média Semanal)			
Faixa etária	Ene	rgia (Kcal) Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboldrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (rncg)	vitamina C (mg)
DARGERY LANGUE		452,38 19,61	14.94	59,86	166,83	3,08	163,58	14,70
PARCIAL MANHA PARCIAL TARDE		492,38 19,61	11,28	56,99	147,76	3,21	120,18	20,58
INTEGRAL		861,55 39,53	26,23	116.85	314,59	6,29	283,76	35,28

FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, BANANA E MAÇÃ.

FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, BANANA E MAÇÃ.

\*\*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*\* AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*\*Frutas servidas de ocordo 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, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
- 2.FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);
- 3.PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 4.PÃO DE SAL ARTESANAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.







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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CIÊNCIA, TECNOLOGIA É INOVAÇÃO

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		Lanch	e   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	17/nov	LEITE C/ CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA		O / PERNIL EM CUBOS C/ T PINO (RODELAS CORTADA A			EM PÓ 100% / PÃO DE LEITE ANAL COM QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO REFOGADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
TERÇA-FEIRA	18/nov	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / BANANA	MACARRÃO AO M	MOLHO / FRANGO REFOGA (CUBOS PEQUENOS)	AND DOOR OF THE PROPERTY OF TH	Contraction of the Contraction o	A / PÃO DE LEITE ARTESANAL O MEXIDO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)
QUARTA-FEIRA	19/nov	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA	SOPA DE MACAR	RRÃO C/ LENTILHA / CARNE COZIDA (CUBOS PEQUEN	(2		SA / PÃO DE SAL ARTESANAL M CARNE MOÍDA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ TOMATE BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
QUINTA-FEIRA	20/nov	FERIADO		FERIADO			FERIADO	FERIADO
SEXTA-FEIRA	21/nov	PONTO FACULTATIVO		PONTO FACULTATIVO	0	PON	TO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
**************************************		<del></del>		INFORMAÇÕES NUTRICI	IONAIS - (*Média Semanal)			
FAIXA ETÁRIA	Ener	rgia (Kcal) Proteinas (g)	Lipideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
PARCIAL MANHA	4	465,77 19,97	14,14	64,65	153,58	2,56	121,62	8,30
PARCIAL TARDE		135,76 24,96	10,81	59,65	200,30	3,54	161,85	19,34
INTEGRAL	9	901,53 44,93	24,96 FRUT	124,30 TAS DA SEMANA: MELÃO,	353,88 * MELANCIA. BANANA E	6,10 MACĂ.	283,48	27,63
SEMANA	DATA	Desjejum   08h às 08h30	A DAMES IN LAWS	Almoço   10h às 11h			e   13h às 13h30	Jantar   15h às 16h
SEGUNDA- FEIRA	24/nov	LEITE C/ CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO /	FRANGO EM CUBOS / CEN PEQUENOS)		LEITE C/ CANELA	A / PÃO DE LEITE ARTESANAL ANTEIGA / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)
TERÇA-FEIRA	25/nov	VITAMINA DE BANANA E MAÇÃ / PÃO DE LEIT ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO	D / CARNE MOÍDA / SALAD FINAS)	A DE ACELGA (FATIAS	SALADA DE FRUT	AS C/ AVEIA (MAMÃO, MAÇÃ E BANANA)	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)
QUARTA-FEIRA	26/nov	SUCO DE MANGA / PÃO DE LEITE ARTESANAL ( CARNE MOÍDA	/ SOPA DE MACAF	RRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO COZIDA (CUBOS PEQUEN	The same of the control of the same of the	AND CONTRACTOR OF THE PROPERTY OF THE	EM PÓ 100% / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOC COZIDA (CUBOS PEQUENOS)
	27/nov	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJĀ	ÃO / CARNE EM CUBOS / SA (FATIAS FINAS)	ALADA DE REPOLHO		/ PÃO DE SAL ARTESANAL C/ DVO MEXIDO	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO)
QUINTA-FEIRA								SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / FRANGO
QUINTA-FEIRA SEXTA-FEIRA	28/nov	LEITE C/ CACAU EM PÓ 100% / PÃO DE LEITE ARTESANAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO ,	OVO MEXIDO C/ TOMATE (CUBOS PEQUENOS)		MINGAU DE A	/EIA EM FLOCOS / BANANA	COZIDO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS
	28/nov		ARROZ / FEIJÃO ,	(CUBOS PEQUENOS)		MINGAU DE A	/EIA EM FLOCOS / BANANA	
			ARROZ / FEIJÃO /	(CUBOS PEQUENOS)		MINGAU DE A	/EIA EM FLOCOS / BANANA  Retinol (mcg)	
SEXTA-FEIRA  Faixa etária  PARCIAL MANHA	Ener,	ARTESANAL C/ MANTEIGA  rgla (Kcal) Proteinas (g)  140,22 19,93	Lipideos (g)	(CUBOS PEQUENOS) INFORMAÇÕES NUTRICI	IONAIS - (*Média Semanai)		E	COZIDO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENO vitamina C (mg) 7,42
SEXTA-FEIRA	Ener. 4	ARTESANAL C/ MANTEIGA  rgia (Kcal) Proteinas (g)	Lipideos (g)	(CUBOS PEQUENOS)  INFORMAÇÕES NUTRICI  Carboidrato (g)	IONAIS - (*Média Semanal) Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	COZIDO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENO vitamina C (mg)

\*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / \*<sup>2</sup> AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / \*<sup>3</sup>Frutas servidas de acordo com sofra 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, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
- 2.FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);
- 3.PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 4.PÃO DE SAL ARTESANAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.







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

1º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
9	3/nov	4/nov	5/nov	6/nov	7/nov	
Manhâ / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ CARNE MOÍDA / FRUTA (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ OVO MEXIDO / FRUTA (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARN MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	
		INFORM	AÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)			
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)	
4 - 5 anos	279,29	11,68	7,79	40,61	427,38	
6 - 10 anos	330,98	14,26	9,07	48,07	451,55	
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ırno	3/nov	4/nov	5/nov	6/nov	7/nov
Intermediário / Notu	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA (AVALIAÇÃO SOMATIVA)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNI MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)
Faixa etária	Energia (Kcal)	INFORM Proteinas (g)	IAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)	Carboidrato (a)	Cádic (u.s.)

		INF	ORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semai	nal)	
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	265,91	13,08	7,37	36,81	317,22
6 - 10 anos	338,36	17,41	9,04	46,84	344,42
> 15 anos	475,89	25,75	12,69	64,68	399,93
					333,33

<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. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.

2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água. Lilian Sayuri Kuriki Nutricionista

Nutricionista CRN3 - 31.426





## Educação 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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CIÊNCIA, TECNOLOGIA É INOVAÇÃO

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	TERÇA-FEIRA	QUARTA-	FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/nov	11/nov	12/n	ov	13/nov	14/nov
Manhã / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PE AO MOLHO / POLEN REPOLHO (FAT	NTA / SALADA DE	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ FRANGO DESFIADO / FRUTA
		INFOR	RMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*I	Média Semanal)		
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)		Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	291,19	12,48	8,72	P	40,69	340,51
6 - 10 anos	329,89	15,02	9,21		46,72	350,67

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
- E	10/nov	11/nov	12/nov	13/nov	14/nov
Intermediário / Notu	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA
		INFOR	RMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	262,98	14,03	6,07	38,06	304,38
6 - 10 anos	328,61	18,49	7,27	47,31	322,19
> 15 anos	410,81	25,14	9,01	57,29	338,97

### FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELANCIA

\*¹Todas 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. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.







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

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-	FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
rtino	17/nov	18/nov	19/n	ov	20/nov	21/nov	
Manhā / Tarde / Vesperti	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS)		MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO  EM CUBOS / SALADA DE CHUCHU  COZIDO (CUBOS MÉDIOS)		FERIADO	PONTO FACULTATIVO	
		INFOR	MAÇÕES NUTRICIONAIS - (*I	Média Semanal)			
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)		Carboidrato (g)	Sódio (mg)	
4 - 5 anos	262,57	13,44	7,69		34,91	308,38	
6 - 10 anos	296,94	16,27	7,52		41,04	317,37	

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	17/nov	18/nov	19/nov	20/nov	21/nov
Intermediário / Noturno	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS)	I THE RESERVED THE CONTRACTOR OF THE CONTRACTOR	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO EM CUBOS / SALADA DE CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
		INFOR	MAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	219,74	13,49	4,10	32,23	262,68
6 - 10 anos	285,34	18,00	5,47	41,01	271,83
> 15 anos	374,38	25,79	6,81	52,47	289,29

## FRUTAS DA SEMANA: MAÇÃ

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

- 1. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.



<sup>\*</sup>¹Todas 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.



# Educação 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

333,15

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

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
•	24/nov	25/nov	26/nov	27/nov	28/nov
Manhã / Tarde / Vespertino	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE CHUCHU COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ 100% / PÃO DE SAL ARTESANAL COM MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABOBRINHA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL ARTESANAL C/ CARNE MOIDA / FRUTA
		INFORI	MAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	276,18	11,60	8,31	38,76	377,69
6 - 10 anos	316,86	14,05	9,14	44,59	394,10

4º SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/nov	25/nov	26/nov	27/nov	28/nov
Intermediário / Noturno	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE CHUCHU COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABOBRINHA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA
		INFORM	MAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)		
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	240,10	13,31	6,15	32,88	293,58
6 - 10 anos	302,99	17,57	7,37	41,60	308,27

### FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELÃO

9,72

\*¹Todas 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

24,79

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

52,14

- 1. PÃO DE LEITE ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, açúcar, sal, fermento biológico, água.
- 2. PÃO DE SAL ARTESANAL (INGREDIENTES): Farinha de trigo, oleo de soja, melhorador, sal, fermento biológico, água.

Nutricionista

> 15 anos

CRN3 - 31.426 16.10.25

Lilian Sayuri Kuriki

395,21

Debora Q. Santana



Itaquaquecetuba, 22 de outubro de 2025.

### COMUNICADO Nº 305Semecti/2025

**Destinatários:** Unidades Escolares do Sistema Público Municipal de Ensino

Assunto: Cardápios do mês de Novembro/2025.

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/2025 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

E-mail: nutricao@semecti.com.br