



# Cardápio de Março



Luciana F. S. Campos  
Nutricionista RT  
DAE - Tietê  
CRN3.8942



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2020		BERÇÁRIOS 1 e BERÇÁRIO 2					1ª SEMANA						
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA							
		02/03/2020	03/03/2020	04/03/2020	05/03/2020	06/03/2020							
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Banana	Mingau de aveia	Banana nanica	Mingau de aveia	Banana							
	Berçário 2	Leite com banana e biscoito integral com creme vegetal	Suco de melância e pão de leite com requeijão	Leite com banana e bolo	Suco de melância com limão e pão de leite com requeijão	Suco de beterraba com limão e pão de leite com requeijão							
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz com cenoura, abobrinha, brócolis e cheiro verde	Feijão, arroz, frango desfiado, beterraba, repolho e cheiro verde	Lentilhas, arroz, carne suína desfiada, abóbora, acelga e cheiro verde	Macarrão argolinha com frango desfiado, brócolis e tomate.	Feijão, arroz, carne desfiada, com mandioca e cheiro verde							
	Berçário 2	Arroz, feijão, jardineira: cenoura, brócolis, abobrinha e cheiro verde. Salada de beterraba. Melância	Arroz, feijão, frango desfiado com cenoura. Salada de repolho com cheiro verde. Bananada	Arroz, lentilhas, carne suína com abóbora. Salada de Alface. Melância	Macarrão argolinha com frango desfiado, brócolis e tomate. Salada de acelga colorida com cheiro verde. Banana	Arroz, Feijão, carne de panela com mandioca. Salada de tomate. Melância							
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite							
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Polenta com carne moída e acelga	Purê de mandioca com carne moída	Canja	Abóbora com carne moída	Canja							
	Berçário 2												
Bebês com idade até 6 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil		Média nutricional semanal											
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas													
Para o preparo das papinhas os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com garfo													
Secretaria Municipal de Educação - DAE - 32821125													
		Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
								A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
		7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
		1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



# Cardápio de Março



Luciana F. S. Campos  
Nutricionista RT  
DAE - Tietê  
CRN3.8942

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2020		BERÇÁRIOS 1 e 2				3ª SEMANA	
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
		09/03/2020	10/03/2020	11/03/2020	12/03/2020	13/03/2020	
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Banana	Mingau	Goiaba	Banana	Goiaba	
	Berçário 2	Suco de Melancia e biscoito salgado com creme vegetal	Leite com banana e pão de leite com requeijão	Suco de Melancia pão de leite com queijo	Suco de goiaba com couve e pão de leite com requeijão	Leite com banana e pão de leite com creme vegetal	
ALMOÇO	Berçário 1	Macarrão argolinha com cenoura, abobrinha, brócolis, tomate e cheiro verde	Feijão, Arroz, carne desfiada com mandioca, couve, tomate e cheiro verde	Feijão, arroz, frango desfiado com berinjela, acelga, tomate e cheiro verde	Feijão, arroz, carne desfiada com abobrinha, beterraba, chicória e cheiro verde	Feijão, arroz, carne suína desfiada com repolho, cenoura, tomate e cheiro verde	
	Berçário 2	Macarrão argolinha com cenoura, abobrinha, brócolis, tomate e cheiro verde. Salada de pepino. Bananada*	Arroz, Feijão, carne desfiada com mandioca e cheiro verde. Salada de repolho com tomate. Melância	Arroz, feijão, frango com berinjela, tomate e cheiro verde. Salada de alface. Goiaba	Arroz, feijão, carne desfiada com abobrinha, tomate e cheiro verde. Salada de beterraba. Banana	Arroz, feijão com carne suína, arroz e farofa rica com legumes. Salada de alface. Goiabada*	
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Caldo de feijão com abóbora, couve e carne desfiada	Canja	Polenta com carne desfiada	Escondidinho de mandioca com frango	Canja	
	Berçário 2						

\* Banada e goiabada sem adição de açúcar

Bebês com idade até 6 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas

Para o preparo das papinhas os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com garfo

Secretaria Municipal de Educação - DAE - 32821125

### Média nutricional semanal

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3