



Cardápio de Fevereiro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2024

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice- Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024
Mamadeira	Entrada	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	MAMÃO	ABACATE com geléia de pêssego	BANANA Nanica	PERA	MAÇÃ
	Berçário 2 e Maternais	Suco de mamão e biscoito integral com requeijão	Leite enriquecido com abacate adoçado com purê de pera e pão de leite com manteiga	Vitamina de banana e pão francês integral com requeijão	Suco de pera com maracujá e pão francês com manteiga	Suco de Laranja com maçã e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, arroz, ovo mexido com abobrinha ralada e espinafre. Acelga refogada. Tomate	Feijão preto com carne suína desfiada, arroz, couve refogada e purê de abóbora.	Macarrão aletria ao sugo natural, Arroz, Carne moída com cenoura e espinafre. Brócolis	Feijão, arroz, peito de frango desfiado com abobrinha e escarola*, purê de batata. Tomate.	Arroz, Polenta mole, carne desfiada sugo especial(tomate/beterraba). Couve-flor
	Maternais	Arroz, Feijão, Omelete com abobrinha, tomate e espinafre. Salada de Acelga. Pêssego	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e couve refogada. Salada de tomate. Banana Prata	Arroz e Macarrão parafuso a bolonhesa, servido com queijo ralado. Salada de brócolis. Maçã	Arroz, feijão com peito de frango desfiado com quiabo e tomate. Salada de batata com cheiro verde. Goiaba	Arroz, Polenta mole, carne desfiada sugo especial(tomate/beterraba). Salada de Couve-flor com cheiro verde
Lanche da tarde	B1 e B2	Macarrão pai nosso com carne moída ao sugo natural	JARDINEIRA DE LEGUMES (batata/cenoura/chuchu/ batata doce)	SALADA DE FRUTAS (goiaba/pera /laranja e banana prata) com creme de coco (leite enriquecido + maisena)	MINGAU de aveia com banana	CANJA
	Maternais	Pão francês com carne moída ao sugo natural e Suco de laranja com cenoura	Crepioica a pizzaiolo (queijo/tomate/orégano) e Suco de abacaxi com maçã		BOLO de banana nanica com aveia e suco de melão	Torta de frango com cenoura, tomate e cheiro verde e Suco de laranja
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

*escarola branqueada

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - **Alérgicos:** legume amassado com água e condimentos)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

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.

Média nutricional semanal

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	330	25	380	8	200	4

ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA



Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899



Cardápio de Fevereiro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2024

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esáu - Emeb Gervásio - Emeb Helenice - Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024
Mamadeira	Entrada	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	CARNAVAL			Mingau de maisena com leite enriquecido e coco (alérgicos: maçã cozida)	MAMÃO
	Berçário 2 e Maternais				Frapê com biscoito integral com requeijão	Vitamina de mamão com leite enriquecido e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	B1 e B2				Macarrão (pai nosso) com carne moída, abobrinha italiana, cenoura, espinafre. Brócolis	Feijão, arroz, figado com cenoura e cheiro verde, purê de batata e tomate
	Maternais				Macarrão parafuso com carne moída, abobrinha italiana, cenoura e espinafre. Servir com queijo ralado. Salada de Repolho. Banana Prata	Arroz, feijão, isca de carne com batata e quiabo. Salada de tomate. Maçã
Lanche da tarde	B1 e B2				Grão de bico com peito de frango desfiado e cheiro verde	CANJA
	Maternais				Pão francês com frango ao sugo natural. Suco de abacaxi	Pão de queijo e Suco de Goiaba
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos) *Patê = com ricota - Alérgicos: sem ricota (segue B1 para o recheio)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

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.

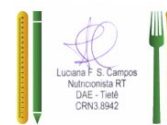
ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA



Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4



Cardápio de Fevereiro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2024

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice - Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024	22/02/2024	23/02/2024
Mamadeira	Entrada	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	ABACATE com leite enriquecido e purê de pera	PERA cozida com	BANANA NANICA	Mingau de maisena com leite enriquecido, sabor coco	MAÇÃ
	Berçário 2 e Maternais	Leite enriquecido com abacate e purê de pera, biscoito com requeijão	Suco de abacaxi com laranja e pão de leite com manteiga	Vitamina de banana e pão de leite com requeijão	Leite com canela e biscoito com manteiga	Frapê de coco com maçã e pão de leite com ricota temperada
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, arroz, ovo caipira cozido, jardineira de legumes (cenoura/chuchu e batata)	Feijão, arroz, carne moída com berinjela e abobrinha, acelga refogada. Tomate	Arroz, macarrão (pai-nosso) cremoso, com frango (coxa/sobrecoxa), cenoura, tomate e vagem. Brócolis	Lentilha, arroz, carne desfiada com brócolis e tomate, purê de cenoura.	Feijão, arroz, carne suína com batata doce, couve refogada e tomate
	Maternais	Arroz, feijão, omelete com espinafre. Salada de batata com ovos caipira cozidos. Mexirica	Arroz, Feijão, carne moída com berinjela, abobrinha e tomate. Salada de acelga. Maçã	Arroz, Macarrão parafuso com frango ao sugo com cenoura e vagem. Salada de Alface orgânico. Laranja	Arroz, lentilha, isca de carne com brócolis e tomate. Salada de cenoura ralada. Banana Prata	Arroz, feijão, carne suína com batata doce e couve refogada. Salada de pepino com tomate. Melão
Lanche da tarde	B1 e B2	Polenta com carne moída ao sugo	CANJA	Purê de batata com carne moída (escondidinho)	CANJA	SALADA E FRUTAS (abacaxi, laranja, goiaba, maçã e banana com creme de coco)
	Maternais	Pão francês integral com carne moída ao sugo natural e Suco de laranja	Torta de abobrinha com peito de frango. Suco de maracujá pink (beterraba orgânica e purê de maçã)	Quibe com carne moída. Limonada Pink (com beterraba orgânica e purê de pera)	Pão francês com queijo e tomate e Suco de melão com laranja	
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

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.

ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA



Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4



Cardápio de Fevereiro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2024

Emeb Aparício - Emeb Artemisia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice - Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA 26/02/2024	TERÇA-FEIRA 27/02/2024	QUARTA-FEIRA 28/02/2024	QUINTA-FEIRA 29/02/2024	SEXTA-FEIRA 01/03/2024
Mamadeira	Entrada	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	Mingau de aveia com leite enriquecido	Maçã Cozida	Banana nanica	Pera	MAMÃO
	Berçário 2 e Maternais	Leite com purê de banana e aveia (sem engrossar) e biscoito com requeijão	Suco de maçã com laranja e pão de leite com manteiga	Vitamina de banana com leite enriquecido e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com pera e ovo caipira mexido com biscoito	Leite enriquecido com mamão e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, Arroz, frango de panela com chuchu e cenoura, repolho refogado.	Arroz, polenta mole, carne desfiada ao sugo, brócolis e couve flor cozidos	Feijão preto com carne suína desfiada, purê de abóbora e couve refogada. Tomate	Feijão, arroz, carne moída com mandioquinha e espinafre. Tomate	Macarrão argolinha com frango ao sugo vitaminado com beterraba orgânica. Brócolis cozido
	Maternais	Arroz, feijão, frango com cenoura e chuchu. Salada de repolho. Mexirica	Arroz, polenta, carne desfiada ao sugo. Salada de brócolis e couve flor. Melancia	Arroz, Feijão preto com carne suína e abóbora, couve refogada. Salada de pepino e tomate. Laranja	Arroz, Feijão, carne com mandioquinha. Salada de Alfaca organica com tomate	Arroz, laranja de frango ao sugo natural vitaminada com beterraba orgânica. Salada de brócolis. Pera cozida
Lanche da tarde	B1 e B2	Purê de mandioca com carne moída	Ovo caipira mexido e colorido (espinafre/cenoura/tomate)	SALADA DE FRUTAS com gelatina de abacaxi	Pavê de maçã com coco feito com leite enriquecido	Ovo caipira cozido com jardineira de legumes (batata/chuchu/cenoura)
	Maternais	Torta de carne moída com legumes e Suco de laranja com melão	OMELETE COLORIDO (de forno com queijo) e Limonada Pink (beterraba orgânica e purê de maçã)		Bolo de Aniversário Prestígio (cacau com e coco) e suco de laranja com maracujá	OMELETE COLORIDO (abobrinha, cenoura e espinafre) e Suco de goiaba com laranja
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

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.

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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4

ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA

