



CARDÁPIO DE AGOSTO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2023

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
		31/07/2023	01/08/2023	02/08/2023	03/08/2023	04/08/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Purê de maçã com banana nanica cozidas	Melão	Banana nanica amassada	Mamão	Pêra
	Berçário 2 e Maternais	Leite com cacau e banana e biscoito integral com requeijão	Suco de Melão com hortelã pão francês com patê de cenoura	Suco de laranja com cenoura e pão de leite com manteiga	Suco de mamão e pão de queijo	Suco de laranja com pera e pão francês com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Arroz integral com cenoura ralada, polenta com peito de frango desfiado ao sugo natural com vagem e repolho orgânico refogado	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada com abóbora orgânica , couve refogada e tomate .	Arroz, Polenta mole ao sugo natural , carne desfiada com berinjela orgânica , acelga e cheiro verde	Feijão, Arroz, frango desfiado com abobrinha orgânica , chicória e tomate	Feijão, arroz, carne desfiada com batata doce , beterraba orgânica e acelga refogada
	Berçário 2 e Maternais	Arroz integral com cenoura ralada, polenta com peito de frango ao molho de tomate natural com manjeriço. Salada de repolho orgânico . Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora orgânica e cheiro verde . Salada de pepino com tomate . Laranja	Arroz, Polenta ao sugo natural , carne desfiada com berinjela orgânica e cheiro verde . Salada de alface orgânico . Banana Prata	Arroz, feijão, frango com abobrinha orgânica e cheiro verde. Salada de tomate . Laranja	Arroz, Feijão, isca de carne com batata doce e cheiro verde . Salada de beterraba orgânica . Mamão
LANCHE DA TARDE	Berçários	SOPA de LENTILHAS com macarrão argolinha, batata, cenoura e cheiro verde	CANJA	SOPA DE FEIJÃO (com macarrão aletria e cheiro verde)	CREME de BROCOLIS com batata e cheiro verde com torradinha	CANJA
	Maternais					
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

CARDÁPIO COLORIDO COM OS ALIMENTOS IN NATURA PROVINDOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

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 com abacate**

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. *TORTA: MASSA=MEIAR AVEIA COM TRIGO

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.

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





CARDÁPIO DE AGOSTO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2023

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 07/08/2023	TERÇA-FEIRA 08/08/2023	QUARTA-FEIRA 09/08/2023	QUINTA-FEIRA 10/08/2023	SEXTA-FEIRA 11/08/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Melão com Pêra cozida	Maçã cozida	Mamão com banana prata	Goiaba cozida	Banana nanica amassada
	Berçário 2 e Maternais	Suco de melão com pera e limão e pão de leite com ricota	Suco de laranja com maçã e pão francês com requeijão	Vitamina de mamão e pão francês com manteiga	Suco de goiaba com laranja e pão de leite com requeijão	Vitamina de banana nanica e biscoito integral com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, Arroz, ovo caipira cozido, chuchu refogado com tomate com espinafre	Feijão, arroz integral, peito de frango desfiado com brócolis e tomate, batata doce com cheiro verde.	Lentilha, arroz, carne moída com mandioquinha, couve refogada com tomate	Feijão, arroz, carne suína desfiada com couve-flor, repolho orgânico com cenoura refogados.	Arroz integral com brócoles, polenta mole com carne desfiada ao molho natural de tomate com beterraba orgânica e acelga refogada com cheiro verde
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, omelete colorido com espinafre e tomate. Salada de chuchu com cheiro verde. Goiaba	Arroz integral, feijão, frango com brócolis e tomate. Salada de batata doce com cheiro verde. Melão	Arroz, lentilha carne moída com mandioquinha. Salada de alface orgânica. Banana prata	Arroz, feijão, carne suína com couve-flor e cheiro verde. Salada de repolho orgânico com cenoura Laranja	Arroz integral com brócoles, polenta com carne desfiada ao molho natural de tomate com beterraba orgânica. Salada de acelga. Maçã
LANCHE DA TARDE	Berçários	CANJA	Sopa de fubá	CANJA	Creme de abóbora orgânica com cheiro verde e torradinhas (queijo ralado a partir do M1)	CANJA
	Maternais		Bolo de Fubá salgado e Suco de beterraba orgânica com melão e limão	Torta de abobrinha orgânica com ricota colorida (tomate/salsinha) e Suco de laranja		
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

CARDÁPIO COLORIDO COM OS ALIMENTOS IN NATURA PROVINDOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

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 com abacate

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. *TORTA: MASSA=MEIAR AVEIA COM TRIGO

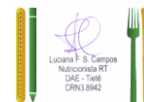
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas A (µg) C (mg)		Minerais (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 AGOSTO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2023

Emeb Aparício - Emeb Artemisia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esau - 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	
ENTRADA	Opcional	14/08/2023	15/08/2023	16/08/2023	17/08/2023	18/08/2023	
		Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
COLAÇÃO	Berçário 1	FERIADO		Mingau de aveia	Maçã	Mamão	
	Berçário 2 e Maternais			Leite enriquecido com cacau e banana e pão de queijo	Suco de laranja com maçã e pão francês com patê de beterraba organica	Suco de mamão com laranja e biscoito de polvilho	
ALMOÇO	Berçário 1			Arroz com espinafre , Polenta mole, carne moída com berijela orgânica, cenoura e tomate	Feijão , Arroz, carne desfiada com chicória e tomate, purê de batata.	Lentilha, arroz, frango com abobrinha orgânica e couve. Purê de mandioquinha	
	Berçário 2 e Maternais			Arroz com espinafre polenta recheada com carne moída, berijela orgânica, cenoura e tomate. Salada de repolho orgânico. Melão	Feijão , Arroz, carne de panela com batata, chicória refogada com tomate. Salada de pepino. Banana prata	Arroz, Lentilha, frango com mandioquinha, couve refogada e Salada de alface orgânica. Maçã	
LANCHE DA TARDE	Berçários			SOPA de FEIJÃO com macarrão argolinha e cheiro verde	CANJA	CUSCUZ de LEGUMES (cenoura, vagem, tomate, cheiro verde e ovo caipira cozido)	SOPA de CARÁ com carne desfiada e cheiro verde
	Maternais						
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	

CARDÁPIO COLORIDO COM OS ALIMENTOS IN NATURA PROVINDOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

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 com abacate

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. *TORTA: MASSA=MEIAR AVEIA COM TRIGO

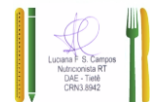
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Média nutricional semanal				Vitaminas		Minerais (mg)			
			Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)		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 AGOSTO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2023

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	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA	Opcional	21/08/2023 Leite	22/08/2023 Leite	23/08/2023 Leite	24/08/2023 Leite	25/08/2023 Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Purê de maçã com banana nanica cozidas	Melão	Mamão	Banana nanica amassada	Pêra
	Berçário 2 e Maternais	Leite com cacau e banana e biscoito integral com requeijão	Suco de Melão com hortelã pão francês com patê de cenoura	Vitamina de mamão e pão de leite com manteiga	Vitamina de frutas (maçã/banana/laranja) e pão de leite com ricota	Suco de abacaxi com pera e pão francês com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Arroz integral com cenoura ralada, polenta ao molho de tomate natural enriquecido com beterraba orgânica . Ovo caipira cozido. Abobrinha refogada com cheiro verde	Feijão, Arroz, frango desfiado, batata, brócolis e tomate .	Feijão, arroz, carne desfiada com batata doce , beterraba orgânica e acelga refogada	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada com abóbora orgânica , couve refogada e tomate .	Arroz, Polenta mole ao sugo natural , carne desfiada com berinjela orgânica , acelga e cheiro verde
	Berçário 2 e Maternais	Arroz integral com cenoura ralada, polenta a bolonhesa ao molho de tomate natural enriquecido com beterraba orgânica e queijo ralado. Salada de abobrinha com cheiro verde. Laranja	Arroz, Feijão, frango com brócolis e purê de batata. Salada de pepino com tomate . Pera	Arroz, Feijão, isca de carne com batata doce e cheiro verde . Salada de beterraba orgânica . Mamão	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora orgânica e couve. Salada de tomate . Abacaxi	Arroz, Polenta ao sugo natural , carne desfiada com berinjela orgânica e cheiro verde . Salada de alface orgânico . Banana Prata
LANCHE DA TARDE	Berçários	CANJA	Creme de mandioquinha com queijo ralado (a partir do M1) com torradinhas	CANJA	Creme de couve flor com queijo ralado (a partir do M1) e torradinhas	CANJA
	Maternais					
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

CARDÁPIO COLORIDO COM OS ALIMENTOS IN NATURA PROVINDOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

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 com abacate**

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. *TORTA: MASSA=MEIAR AVEIA COM TRIGO

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.

Idade	Média nutricional semanal										
	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





CARDÁPIO DE AGOSTO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2023

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 28/08/2023	TERÇA-FEIRA 29/08/2023	QUARTA-FEIRA 30/08/2023	QUINTA-FEIRA 31/08/2023	SEXTA-FEIRA 01/09/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Mingau de aveia	Melão	Mamão com banana prata	Goiaba	Banana nanica amassada
	Berçário 2 e Maternais	Leite com canela e pão de queijo	Suco de melão com laranja e pão francês com manteiga	Vitamina de mamão e pão francês com manteiga	Suco de goiaba com laranja e pão de leite com requeijão	Vitamina de banana nanica e biscoito integral com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango desfiado com abobora orgânica , brócolos refogado e tomate.	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada com mandioca, repolho orgânico refogado com tomate e cheiro verde .	Arroz integral com brócolos , polenta mole com peito de frango ao molho natural de tomate com beterraba orgânica e acelga refogada com cheiro verde	Lentilha, arroz, carne moída com mandioquinha, couve refogada com tomate	Feijão, arroz, peito de frango desfiado, purê de batata e jardineira (chuchu/cenora e abobrinha italiana)
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, Feijão, peito de frango com abobora orgânica e brócolos . Salada de acelga . Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde . Salada de repolho orgânico . Abacaxi	Arroz integral com brócolos , polenta com peito de frango desfiado ao molho natural de tomate com beterraba orgânica . Salada de acelga . Laranja	Arroz, lentilha carne moída com mandioquinha. Salada de alface orgânica . Banana prata	Arroz, feijão, escondidinho de batata com frango e jardineira de legumes . Salada de alface. Goiaba
LANCHE DA TARDE	Berçários	Creme de ervilha com batata, cenoura e cheiro verde com torradinhas (queijo ralado a partir do M1)	CANJA	MIX SAUDÁVEL (batata doce/ chuchu/cenora /madioquinha) saborizados com açúcar e cheiro verde	SALADA DE FRUTAS (manga/melancia/melão/mamão/laranja)	SOPA DE FEIJÃO (com macarrão aletria e cheiro verde)
	Maternais			Sufite de chuchu com queijo e Suco de laranja	BOLO DE ANIVERSÁRIO de LARANJA (aveia/maçã) e Suco de Abacaxi	
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

CARDÁPIO COLORIDO COM OS ALIMENTOS IN NATURA PROVINDOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

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 com abacate

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. * TORTA: MASSA=MEIAR AVEIA COM TRIGO

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.

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Média nutricional semanal			Vitaminas		Minerais (mg)			
			Proteínas (g)	Lípidios (g)	Fibras (g)	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

