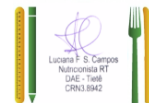




CARDÁPIO DE JULHO



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 17/07/2023 | TERÇA-FEIRA 18/07/2023 | QUARTA-FEIRA 19/07/2023 | QUINTA-FEIRA 20/07/2023 | SEXTA-FEIRA 21/07/2023 | | |
|-----------------|------------------------|-----------------------------|---------------------------|---|--|---|------------------|-------|
| ENTRADA | Opcional | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite | | |
| COLAÇÃO | Berçário 1 | | | Mamão | Banana | Pera | | |
| | Berçário 2 e Maternais | | | Suco de mamão com laranja e pão de leite com manteiga | Leite enriquecido com banana e biscoito integral com requeijão | Leite enriquecido com cacau e canela e pão francês com manteiga | | |
| ALMOÇO | Berçário 1 | | | Feijão preto, arroz, carne suína, abóbora, couve e tomate | Arroz, Polenta mole, frango desfiado ao molho de tomate natural com cenoura e cheiro verde | Feijão, arroz, carne, batata, brócolis e tomate. | | |
| | Berçário 2 e Maternais | | | Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e couve refogada. Salada de tomate. Mexirica | Arroz, Polenta com frango* ao molho de tomate natural. Salada de repolho com cenoura. Pera | Arroz, feijão, carne com batata. Salada de brócolis. Melão | | |
| LANCHE DA TARDE | Berçários | | | | | CANJA | Creme de abóbora | CANJA |
| | Maternais | | | | | | | |
| SÁIDA | 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 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

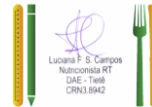
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

| 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 JULHO



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 |
|-----------------|------------------------|---|--|--|---|---|
| | | 24/07/2023 | 25/07/2023 | 26/07/2023 | 27/07/2023 | 28/07/2023 |
| ENTRADA | Opcional | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| COLAÇÃO | Berçário 1 | Maçã cozida | Melão | Banana | Pera | Mamão |
| | Berçário 2 e Maternais | Vitamina (laranja/cenoura e maçã) e biscoito com requeijão | Leite enriquecido com cacau e canela e pão francês com manteiga | Leite enriquecido com banana e pão de leite com requeijão | Leite enriquecido com cacau e canela e pão francês com manteiga | Leite enriquecido com mamão e pão de leite com requeijão |
| ALMOÇO | Berçário 1 | Arroz, Polenta mole com carne moída ao molho natural de tomate com cenoura e beterraba. | Lentilha, arroz, carne suína desfiada, batata doce, chuchu e acelga | Feijão, arroz, frango, mandioquinha, espinafre e tomate | Feijão, arroz, fcarne desfiada, couve-flor, beterraba e cheiro verde | Arroz, Polenta mole, peito de frango desfiado com espinafre, cenoura e tomate. |
| | Berçário 2 e Maternais | Arroz, Polenta com carne moída ao molho natural de tomate. Salada de acelga. Melão | Arroz, Lentilha, carne suína com chuchu, batata doce e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja | Arroz, feijão, frango com mandioquinha e cheiro verde. Salada de alface. Abacaxi | Arroz, Feijão, carne desfiada com couve flor. Salada de beterraba cozida com cheiro verde. Maçã | Arroz, Polenta recheada com peito de frango desfiado com espinafre e requeijão. Salada de tomate. Laranja |
| LANCHE DA TARDE | Berçários | Sopa de feijão com macarrão argolinha | CANJA | Creme do Hulk (brócolis com batata e cheiro verde) servido com torradas | CANJA | BOLO DE ANIVERSÁRIO (cacau com coco) |
| | Maternais | | | | | |
| SAÍDA | Opcional | 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 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) | 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 |



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