



# CARDÁPIO DE MAIO



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	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		29/04/2024	30/04/2024	01/05/2024	02/05/2024	03/05/2024
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	FERIADO	Leite	Leite
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	MINGAU DE AVEIA	MELÃO		BANANA PRATA	PERA
	Berçário 2 e Maternais	MINGAU DE AVEIA adoçado com purê de banana	Suco de melão com laranja e pão de leite com requeijão		Leite enriquecido com banana e pão de leite com manteiga	Suco de laranja com pera e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	B1 e B2	Macarrão aletria com cenoura, abobrinha, espinafre e tomate à carbonara (com ovo caipira)	Feijão, Arroz, carne desfiada com batatinha, cenoura e cheiro verde. Repolho orgânico refogado		Arroz, polenta com carne moída ao sugo com misto de legumes refogados (couve flor-brocolis e cenoura)	Macarrão pai nosso com frango desfiado, cenoura e abobrinha, espinafre e tomate.
	Maternais	Macarrão espaguete com legumes a carbonara (com ovo caipira). Salada de beterraba cozida com cheiro verde. Laranja	Arroz, Feijão, isca de carne com batata e tomate. Salada de repolho orgânico. Maçã		Arroz e Polenta a bolonhesa. Salada de legumes cozidos e temperadinhos com azeite e cheiro verde. Laranja	Arroz, Lasanha de frango com abobrinha ao sugo e queijo. Salada de Tomate. Mexirica
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	Risoto cremoso colorido (brócolis, abóbora, tomate e cheiro verde) com carne moída	CANJA		CANJA	SALADA DE FRUTAS com creme de coco feito com leite enriquecido
	Maternais	Pão francês integral com carne moída. Suco de laranja	Torta de escarola com peito de frango desfiado, cenoura ralada e tomate. Suco de limão com purê de maçã		CANJICA com leite enriquecido e coco	
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.

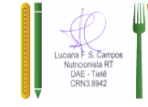
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

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



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	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		06/05/2024	07/05/2024	08/05/2024	09/05/2024	10/05/2024
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	PERA	MELÃO	BANANA	MAÇÃ	MAMÃO
	Berçário 2 e Maternais	Leite enriquecido com maçã e biscoito integral com requeijão	Suco de melão com hortelã e pão de leite com ricota temperada com azeite e ervas	Leite enriquecido com banana e pão de leite com manteiga	Suco de abacaxi com maçã e pão de leite com requeijão	Suco de mamão com laranja e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, arroz, ovo caipira mexido com espinafre e tomate, pure de batata.	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada com mandioquinha, couve refogada.	Macarrão aletria ao sugo natural com carne desfiada e vagem em rodelinhas. Brócolis cozido.	Feijão, arroz, frango desfiado tomate, cheiro verde, purê de mandioquinha. Couve flor cozida	Polenta ao sugo natural com carne desfiada. Chuchu com cenoura refogados.
	Maternais	Arroz, feijão, ovo meido com espinafre e tomate. Salçada de batata com cheiro verde. Pera	Arroz, Feijão com carne suína, couve refogada. Salada de tomate. Laranja	Macarrão parafuso com carne moída, berinjela e tomate. Salada de brócolis. Maçã	Arroz, feijão, frango com mandioquinha e cheiro verde. Salada de couve flor. Banana prata	Arroz, Polenta ao sugo (vitaminado com cenoura) com carne em cubos. Salada de chuchu com cheiro verde. Mexirica
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	CANJA	Escondidinho de batata com carne moída e Suco de manga	Salada de frutas com creme de coco feito com leite enriquecido	Sopa de fubá com couve	CANJA
	Maternais	Pão francês com queijo, tomate e orégano. Suco de laranja com purê de maçã			Bole de Fubá adoçado com purê de maçã e calda de laranja. Limonada pink	
SAIDA	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.

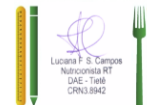
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

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





# CARDÁPIO DE MAIO



## 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 13/05/2024	TERÇA-FEIRA 14/05/2024	QUARTA-FEIRA 15/05/2024	QUINTA-FEIRA 16/05/2024	SEXTA-FEIRA 17/05/2024
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Mingau de Aveia	MAÇÃ Cozida	PERA	MAMÃO	ABACATE com Banana
	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja e ovo mexido com cenoura	Leite enriquecido com maçã e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com pera e pão de leite com manteiga	Suco de mamão e biscoito com requeijão	Vitamina de abacate com banana e pão de leite com queijo
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, arroz, ovo caipira cozido, abobrinha refogada e beterraba cozida	Feijão, Arroz, carne desfiada com acelga e tomate, purê de mandioca.	Feijão, arroz, frango desfiado com abóbora e cheiro verde, couve refogada.	Feijão, arroz, carne suína desfiada com batata doce e cheiro verde, acelga refogada e tomate	Macarrão aletria com carne desfiada, abobrinha e cenoura raladas. Vagem refogada com tomate
	Maternais	Arroz, Feijão Omelete de forno com abobrinha e tomate. Salada de beterraba. Laranja	Arroz, Feijão, carne em cubos com mandioca e cheiro verde. Salada de acelga com tomate. Maçã	Feijão, arroz, frango desfiado com abóbora e cheiro verde. Salada de tomate. Banana	Arroz, feijão, carne suína com batata doce e cheiro verde. Salada e tomate com pepino. Mexirica	Macarrão parafuso com carne moída, abobrinha ralada e cheiro verde. Salada de vagem com cenoura cozidas. Maçã
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	Sopa colorida com batata, cenoura, brócolis, carne desfiada e macarrão argolinha	CANJA	Mingau de Aveia	Polenta ao sugo natural	CANJA
	Maternais		Torta de Legumes (abobrinha, cenoura, vagem, tomate e cheiro verde) Suco de laranja	Paõ de queijo e suco de melão com abacaxi	Pão francês com carne moída ao sugo e Suco de abacaxi com laranja	
SAÍDA	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)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina 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 MAIO



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
		20/05/2024	21/05/2024	22/05/2024	23/05/2024	24/05/2024
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	MAÇÃ COZIDA	MELÃO	MANGA	MAÇÃ	BANANA NANICA
	Berçário 2 e Maternais	Suco de abacaxi com maçã e biscoito integral com manteiga	Suco de melão com laranja e pão de leite com requeijão	Suco de manga e pão de leite com queijo	Suco de laranja com maçã e pão de leite com manteiga	Vitamina de banana e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, arroz, carne moída com batata, repolho refogada, tomate	Lentilha com carne suína desfiada, Arroz, purê de mandioquinha, Tomate	Macarrão aletria com carne moída, espinafre, cenoura e tomate. Brócolis cozido	Arroz, polenta, frango ao molho de tomate vitaminado com beterraba. Couve flor cozida	Feijão, arroz, carne desfiada com chuchu, purê de batata, tomate
	Maternais	Arroz, feijão, carne com batata e cheiro verde. Salada de repolho. Melão	Arroz, Lentilha com carne suína e purê de mandioquinha. Salada de tomate com orégano. Mexirica	Macarrão parafuso com carne moída, espinafre, cenoura e tomate. Salada de alface. Maçã	Arroz, polenta, frango ao molho de tomate vitaminado com beterraba. Salada de couve-flor com cheiro verde. Laranja	Arroz, feijão, carne em cubos com chuchu e purê de batata. Salada de alface com tomate. Banana prata
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	CANJA	SALADA DE FRUTAS	CUSCUZ de Legumes (tomate, cenoura, vagem e cheiro verde com ovo cozido caipira) e Suco de manga	CANJA	Polenta ao sugo natural
	Maternais	Pão francês integral com frango desfiado e cheiro verde e suco de laranja			Pão francês com queijo, tomate e orégano. Suco de abacaxi	Bolo de fubá cremoso com ricota e Suco da laranja com cenoura
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)	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 MAIO



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 27/05/2024	TERÇA-FEIRA 28/05/2024	QUARTA-FEIRA 29/05/2024	QUINTA-FEIRA 30/05/2024	SEXTA-FEIRA 31/05/2024
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	
COLAÇÃO	Berçário 1	PERA Cozida	MANGA cozida com mingau de maisena	MAMÃO	FERIADO	
	Berçário 2 e Maternais	Leite enriquecido com purê de pera e biscoito integrall com requeijão	Suco de manga e pão de leite com manteiga	Suco de laranja com mamão e pão com patê de ricota com cenoura		
ALMOÇO	B1 e B2	Arroz, Feijão, peito de frango desfiado com brócolis, purê de cenoura.	Feijão, Arroz, carne suína desfiada com couve flor, purê de abóbora. Beterraba cozida. Maçã	Macarrão pai nosso com carne moída, brócolis e tomate. Acelga refogada		
	Maternais	Arroz, Feijão, peito de frango desfiado com brócolis e cenoura. Salada de Pepino. Manga	Feijão, Arroz, carne suína desfiada com couve flor, purê de abóbora. Salada de beterraba ralada. Maçã	Macarrão espaguete a bolonhesa. Refogado de brócolis com cenoura Salada de Acelga. Mexirica		
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	JARDINEIRA (batata, batata doce, mandioquinha e chuchu) com Ovo caipira cozido	CANJA	PAVÊ de banana		
	Maternais	OMELETE DE FORNO Colorido e Suco de laranja	Crepiooca a pizzaiolo e Suco de Melão	Bolo de Aniversário (banana com cacau) e Suco de abacaxi com laranja		
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)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas (µg)			Minerais (mg)		
						A	C	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

