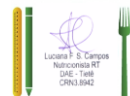




CARDÁPIO DE SETEMBRO



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
		04/09/2023	05/09/2023	06/09/2023	07/09/2023	08/09/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Goiaba cozida	Maçã cozida	Mamão com banana prata	FERIADO	
	Berçário 2 e Maternais	Suco de goiaba com laranja e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com maçã e pão francês com requeijão	Vitamina de mamão e pão francês com manteiga		
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, Arroz, ovo caipira cozido, chuchu refogado com tomate e espinafre	Feijão, arroz integral, peito de frango desfiado com brócolis e tomate, batata doce com cheiro verde .	Lentilha, arroz, carne moída com mandioca e chicória orgânica , brócolis cozido (separado)		
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, omelete colorido com espinafre e tomate . Salada de chuchu com cheiro verde . Melão	Arroz, feijão, frango com brócolis e tomate . Purê de batata doce . Salada de pepino . Abacaxi	Arroz, lentilha, carne moída com mandioca e chicória orgânica . Salada de alface orgânica . Banana prata		
LANCHE DA TARDE	Berçários	CANJA	Sopa de mandioca com carne	CANJA		
	Maternais		BOMBOCADO (mandioca com coco ralado)	Kibe de berinjela orgânica (recheado com carne moída/ tomate/salsinha) e Suco de abacaxi com hortelã		
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

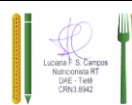
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)
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 SETEMBRO



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
		11/09/2023	12/09/2023	13/09/2023	14/09/2023	15/09/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Mingau de aveia com leite enriquecido	Purê de maçã com banana nanica cozidas	Banana nanica amassada	Mamão	Pêra
	Berçário 2 e Maternais	Frapê cacau e coco (coado) e biscoito integral com requeijão	Leite com cacau e banana e pão francês com requeijão	Vitamina de frutas (maçã/banana/laranja) e pão de leite com ricota	Suco de mamão e pão de leite com manteiga	Suco de abacaxi com pera e pão francês com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, frango color (com cenoura e beterraba orgânica) purê de batata e acelga refogada	Feijão preto com carne suína desfiada. Arroz com abobrinha orgânica e repolho orgânico com cenoura refogados, tomate (separado).	Arroz com cenoura ralada, polenta ao molho de tomate natural enriquecido com beterraba orgânica . Ovo caipira cozido. Chuchu cozido (separado) com cheiro verde	Feijão, Arroz, frango desfiado com brócolis e tomate . Purê cor de rosa (batata e beterraba orgânica)	Arroz integral, Polenta mole a bolonhesa (móida) com berinjela orgânica e sugo natural , espinafre refogado (separado)
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, Feijão, frango com cenoura e cheiro verde , purê de batata. Salada de cor de rosa (acelga e beterraba orgânica ralada). Maçã	Arroz com abobrinha orgânica , feijão preto com carne suína e virado de repolho orgânico com cheiro verde Salada de Cenoura ralada . Laranja	Arroz com cenoura ralada, polenta ao molho de tomate natural enriquecido com beterraba orgânica e queijo. Ovo caipira cozido. Salada de alface orgânica . Mexirica	Arroz, Feijão, frango com brócolis e tomate . Salada de batata cor de rosa (com beterraba orgânica e cheiro verde). Pera	Arroz com espinafre, Polenta a bolonhesa com PTS e berinjela orgânica e cheiro verde . Salada de alface orgânico . Banana Prata
LANCHE DA TARDE	Berçários	CANJA	Sopa de legumes com caldo de frango e macarrão argolinha	SOPA de FEIJÃO (com macarrão aletria e batatinha e cheiro verde)	Sopa de mandiquinha com carne	CANJA
	Maternais		Pão francês com frango desfiado e Suco de Melão	PÃO DE QUEIJO e SUCO DE GOIABA	Pão de leite com carne móida 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.

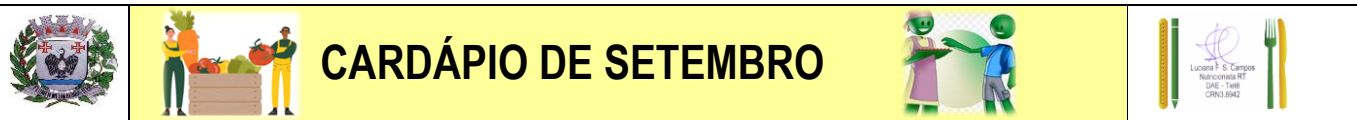
Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - **Alérgicos**: legume amassado com água e condimentos) *Patê = com ricota - **Alérgicos**: **sem ricota com abacate**

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	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





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 Lázaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		18/09/2023	19/09/2023	20/09/2023	21/09/2023	22/09/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Maçã cozida	Melão	Mamão	Pera	Banina Nanica
	Berçário 2 e Maternais	Suco de maçã e biscoito e ovo mexido com cenoura	Suco de melão com laranja e pão de leite com manteiga	Suco de laranja com mamão e pão de leite com requeijão	Suco de abacaxi com pera e pão de leite com manteiga	Vitamina de banana nanica e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Arroz, 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, 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 Colorida (carne desfiada, macarrão, batata, cenoura, chuchu e cheiro verde)	CANJA	OVO CAIPIRA E JARDINEIRA DE LEGUMES COZIDOS (saborizados)	CANJA	Sopa de mandioquinha com frango
	Maternais			OMELETE a PIZZAIOLO (tomate/queijo/orégano) e Suco de laranja com cenoura		TORTA de frango com milho, cenoura e cheiro verde. Suco de laranja com beterraba
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





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 25/09/2023	TERÇA-FEIRA 26/09/2023	QUARTA-FEIRA 27/09/2023	QUINTA-FEIRA 28/09/2023	SEXTA-FEIRA 29/09/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Pera cozida	Maçã	Melão	Mamão	Banana nanica
	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja e biscoito com requeijão	Suco de maçã com laranja e pão de leite com patê de ovo	Suco de melão com laranja e pão de leite com manteiga	Vitamina de mamão e pão de leite com requeijão	Vitamina de banana e pão de leite com requeijão
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 brócolos, 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 brócolos, polenta com carne desfiada ao molho natural de tomate com beterraba orgânica. Salada de acelga. Maçã
LANCHE DA TARDE	Berçários	CANJA	SALADA DE FRUTAS	CANJA	Purê de batata com frango desfiado	Pavê de maçã (creme de maisena saborizado com coco e maçã cozida, camadas intercaladas)
	Maternais				Pão francês com queijo e Suco de maracujá com mamão	BOLO DE ANIVERSÁRIO (maçã com banana)
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)	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

