SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR					
Cardápio:	**BERÇÁRIO**		**Zona:**	Urbana e Rural	
Faixa Etária	1 a 3 anos				
Período	Integral	CARDÁPIO MÊS DE CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO- CELÍACO		1ª semana	
Refeição/ Hora	**2ª feira**	**3ª feira**	**4ª feira**	**5ª feira**	**6ª feira**
Café da manhã: 8h30	- **PÃO SEM GLÚTEN** com manteiga - Leite batido com cacau e banana SEM AÇÚCAR	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Leite puro ou com canela	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Vitamina de banana com beterraba SEM AÇÚCAR	- **BOLO SEM GLÚTEN ou PÃO SEM GLÚTEN** - Suco de uva SEM AÇÚCAR (2 partes de suco e 1 parte de água)	- **PÃO SEM GLÚTEN** com doce de fruta sem açúcar - Iogurte natural batido com amora, chia e banana madura (SEM AÇÚCAR)
Lanche: 10h00	- Banana	- Manga ou Abacaxi	- Uva ou Morango	- Melancia orgânica	- Mamão
Almoço: 11h00 - 11h30	Arroz integral /Feijão Carne moída refogada com legumes (batata, cenoura, chuchu), ora-pro-nóbis Purê de aipim Salada de alface bem picadinho, chuchu e beterraba cozidos picadinhos com gergelim e azeite de oliva	**MACARRÃO DE ARROZ** / Polenta Frango ao molho desfiado com biomassa de banana verde Salada de brócolis, cenoura e chuchu cozidos e picadinhos com chia e azeite de oliva	Arroz com cenoura ralada / Feijão **LOMBO SUÍNO COM HORTALIÇAS** Moranga assada Salada de couve flor, tomate e pepino bem picadinhos com azeite de oliva	Arroz Cozido de frango (frango, batata, aipim, moranga, cenoura, repolho e farinha de mandioca) desfiado Couve refogada picadinha Salada de brócolis, beterraba e couve flor bem picadinhos com azeite de oliva	Arroz integral / Feijão Filé de tilápia assado com legumes (batata, cenoura, tomate, cebola) Salada de alface, tomate e cenoura cozida bem picadinhos com chia e azeite de oliva
Lanche da tarde 1: 13h30 - 14h00	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Vitamina de banana com beterraba (SEM AÇÚCAR)	- Sanduíche integral de queijo com alface e tomate bem picadinhos e cenoura ralada bem fininha **COM PÃO SEM GLÚTEN** - Vitamina de morango orgânico com banana SEM AÇÚCAR	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Leite puro ou com canela	**PÃO SEM GLÚTEN** com manteiga - Iogurte natural batido com amora, chia e banana madura SEM AÇÚCAR	- **BOLO SEM GLÚTEN ou PÃO SEM GLÚTEN** - Suco de uva SEM AÇÚCAR (2 partes de suco e 1 parte de água)
Jantar: 16h00 - 16h30	- Sopa de frango com **MACARRÃO DE ARROZ** e hortaliças (abobrinha, batata, cenoura, espinafre, ora-pro-nóbis, couve, moranga)	- Escondidinho de aipim com carne moída - Salada de tomate picadinho	- Minestra com **MACARRÃO DE ARROZ** (feijão batido com chuchu e moranga) e salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão	- Sopa de frango com arroz e hortaliças (batata, cenoura, chuchu, couve folha, espinafre, moranga, aipim, ora-pro-nóbis)	- Minestra com arroz (feijão batido com chuchu e moranga) e salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão
Lanche da tarde 2: 17h30	- Uva ou Morango	- Banana	- Melancia orgânica	- Manga ou Abacaxi	- Frutas picadas (abacaxi, manga, mamão, banana)

Rubia Cunha

RUBIA CUNHA DE SOUZA RAUPP - CRN10 0749

Gabriela Goudinho

GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226

OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR					
Cardápio:	**BERÇÁRIO**		**Zona:**	Urbana e Rural	
Faixa Etária	1 a 3 anos				
Período	Integral	CARDÁPIO MÊS DE CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO - CELÍACO		2ª semana	
Refeição/ Hora	**2ª feira**	**3ª feira**	**4ª feira**	**5ª feira**	**6ª feira**
Café da manhã: 8h30	- Sanduíche de queijo com alface e tomate bem picadinhos e cenoura ralada bem fininha **COM PÃO SEM GLÚTEN** - Vitamina de morango orgânico com banana SEM AÇÚCAR	- **PÃO SEM GLÚTEN** com doce de fruta sem açúcar - Vitamina de banana com beterraba sem açúcar Para CEI c/ berçário: Torta Salgada de legumes (sem carne) + água saboriz.	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Leite batido com cacau e banana SEM AÇÚCAR	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Vitamina de maracujá com maçã e banana madura (SEM AÇÚCAR)	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Iogurte natural batido com manga, chia e banana madura (sem açúcar)
Lanche: 10h00	- Mamão	- Melancia ou Manga	- Banana	- Abacaxi ou Pêra	- Uva ou Morango
Almoço: 11h00 - 11h30	Arroz integral/ Feijão Carne de panela desfiada com aipim amassado (cebola, tomate, cenoura, aipim e ora-pro-nóbis) Salada de alface, cenoura e beterraba cozidas e bem picadinhas com gergelim e azeite de oliva	Arroz / Feijão Peito de frango refogado e desfiado com hortaliças (cebola, cenoura, tomate, milho, couve, ora-pro-nóbis) Salada de beterraba, brócolis e couve flor picados com azeite de oliva – **SEM FAROFA**	Arroz integral/ Feijão Carne moída com hortaliças (tomate, cenoura, batata, cebola) Moranga assada amassada Salada de cenoura, chuchu e couve flor picadinhos com chia e azeite de oliva	**MACARRÃO DE ARROZ** / Polenta Frango assado com legumes (cebola, tomate, cenoura, batata) Salada de repolho, brócolis e beterraba cozidas e bem picadas com gergelim e azeite de oliva	Arroz / Feijão Lombo suíno refogado com hortaliças (cebola, cenoura, tomate, couve, ora-pro-nóbis) Couve refogada Salada de alface, pepino e tomate bem picadinhos com azeite de oliva
Lanche da tarde 1: 13h30 - 14h00	- **PÃO SEM GLÚTEN** com manteiga ou doce de fruta sem açúcar - Vitamina de banana com beterraba sem açúcar	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Leite batido com cacau e banana SEM AÇÚCAR	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Vitamina de maracujá com maçã e banana SEM AÇÚCAR	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Iogurte natural batido com manga, chia e banana madura (sem açúcar)	- **PÃO SEM GLÚTEN** com carne moída - Suco de morango orgânico com hortelã e banana SEM AÇÚCAR
Jantar: 16h00 - 16h30	- Minestra **MACARRÃO DE ARROZ**, carne (feijão batido com chuchu e moranga) e salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão	- Carreteiro - Salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão	- Sopa de frango com **MACARRÃO DE ARROZ** e hortaliças (batata, cenoura, chuchu, couve folha, espinafre, moranga, aipim, ora-pro-nóbis)	- Arroz com estrogonofe de frango com biomassa de banana verde e hortaliças Salada de tomate picadinho	- Minestra com arroz (feijão batido com chuchu e moranga) e salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão
Lanche da tarde 2: 17h30	- Melancia ou Manga	- Banana	- Uva ou Morango	- Mamão	- Abacaxi ou Pêra

Rubia Cunha

RUBIA CUNHA DE SOUZA RAUPP - CRN10 0749

Gabriela Goudinho

GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226

OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR					
Cardápio:	**BERÇÁRIO**		**Zona:**	Urbana e Rural	
Faixa Etária	1 a 3 anos				
Período	Integral	CARDÁPIO MÊS DE CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO - CELÍACO		3ª semana	
Refeição/ Hora	**2ª feira**	**3ª feira**	**4ª feira**	**5ª feira**	**6ª feira**
Café da manhã: 8h30	- **PÃO SEM GLÚTEN** com manteiga - Smothie de morango orgânico com beterraba SEM AÇÚCAR	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Iogurte natural batido com amora, banana madura e chia (sem açúcar)	- Omelete de forno de espinafre com milho e hortaliças (cenoura, tomate, brócolis, abobrinha, cebola, alho poró) - Suco verde: abacaxi com couve, hortelã e ora-pro-nóbis sem açúcar OU Suco integral de maçã e manga (1 parte suco e 1 parte água)	- **PÃO SEM GLÚTEN** com requeijão de aipim - Vitamina de banana com beterraba sem açúcar	1 ano - Mingau **COM FARINHA DE ARROZ** com banana, maçã ralada e canela (S/ AÇÚCAR) 2 e 3 anos - **BISCOITO DE POLVILHO SEM GLÚTEN** - Leite batido com cacau, banana e canela SEM AÇÚCAR
Lanche: 10h00	- Mamão	- Uva ou Morango	- Melancia Orgânica	- Manga ou Abacaxi	- Banana
Almoço: 11h00 - 11h30	Arroz integral/ Feijão Carne de panela desfiada com cenoura (cebola, tomate, cenoura, espinafre, ora-pro-nóbis) Salada de alface bem picadinha, brócolis e cenoura picados com gergelim e azeite de oliva	**MACARRÃO DE ARROZ** / Polenta Sobrecoxa de frango assada e desfiada com alecrim e legumes (batata, cebola, cenoura) Couve refogada picadinha Salada de chuchu, couve flor e beterraba picadinhos com azeite de oliva	Arroz integral /Feijão Lombo suíno moído refogado com hortaliças (cebola, tomate, abobrinha, cenoura, chuchu e ora-pro-nóbis) Salada de brócolis, tomate e pepino picadinhos com chia e azeite de oliva	Arroz com cenoura ralada Estrogonofe de frango com biomassa de banana verde (cebola, tomate, milho, ora-pro-nóbis) Salada de alface, chuchu e beterraba bem picadinhos com azeite de oliva **– SEM FAROFA**	Arroz / Feijão Carne moída com legumes (cenoura, tomate, chuchu, batata) Moranga assada amassada Salada de repolho, couve flor e beterraba bem picadinhos com gergelim e azeite de oliva
Lanche da tarde 1: 13h30 - 14h00	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Iogurte natural batido com amora, banana madura e chia (sem açúcar)	- Sanduíche integral de queijo com alface e tomate bem picadinhos e cenoura ralada bem fininha **COM PÃO SEM GLÚTEN** - Suco verde: abacaxi com couve, hortelã e ora-pro-nóbis sem açúcar	**PÃO SEM GLÚTEN** com requeijão de aipim. Requeijão (aipim, polvilho azedo, sal e óleo) - Vitamina de banana com beterraba sem açúcar	1 ano - Mingau **COM FARINHA DE ARROZ** com banana, maçã ralada e canela (S/ AÇÚCAR) 2 e 3 anos - **BISCOITO DE POLVILHO SEM GLÚTEN** - Leite batido com cacau, banana e canela SEM AÇÚCAR	- Omelete de forno de espinafre e hortaliças (cenoura, tomate, brócolis, abobrinha, cebola, alho poró, espinafre) - Água saborizada com maçã, limão e hortelã
Jantar: 16h00 - 16h30	- Risoto de frango com hortaliças (cenoura, brócolis tomate, abobrinha, espinafre) - Salada de tomate picadinho	- Sopa de frango com arroz e hortaliças (batata, cenoura, chuchu, couve folha, espinafre, moranga, aipim, ora-pro-nóbis)	- Minestra com **MACARRÃO DE ARROZ** (feijão batido com chuchu e moranga) e salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão	- **MACARRÃO DE ARROZ** à bolonhesa - Salada de tomate picadinho	- Sopa de frango com **MACARRÃO DE ARROZ** e hortaliças (batata, cenoura, chuchu, couve folha, espinafre, ora-pro-nóbis, moranga, aipim)
Lanche da tarde 2: 17h30	- Banana	- Melancia Orgânica	- Manga ou Abacaxi	- Uva ou Morango	- Mamão

Rubia Cunha

RUBIA CUNHA DE SOUZA RAUPP - CRN10 0749

Gabriela Goudinho

GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226

OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR					
Cardápio:	**BERÇÁRIO**		**Zona:**	Urbana e Rural	
Faixa Etária	1 a 3 anos				
Período	Integral	CARDÁPIO MÊS DE CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO - CELÍACO		4ª semana	
Refeição/ Hora	**2ª feira**	**3ª feira**	**4ª feira**	**5ª feira**	**6ª feira**
Café da manhã: 8h30	- Sanduíche de queijo com tomate bem picadinhos e cenoura ralada bem fininha **COM PÃO SEM GLÚTEN** - Suco de uva SEM AÇÚCAR (2 partes de suco e 1 parte de água)	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Leite com cacau e banana	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Leite puro ou leite batido com amora e banana	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Iogurte natural batido com morango, banana e chia (sem açúcar)	- **PÃO SEM GLÚTEN** com manteiga - Vitamina de morango orgânico com banana SEM AÇÚCAR
Lanche: 10h00	- Uva ou Morango	- Abacaxi ou Manga	- Melancia	- Banana	- Mamão
Almoço: 11h00 - 11h30	Arroz integral / Feijão Frango refogado com hortaliças desfiado (cebola, cenoura, tomate, couve, ora-pro-nóbis) Purê de aipim Salada de beterraba e brócolis picados com azeite de oliva	Arroz / Feijão Carne moída com batata, chuchu e cenoura (cebola, tomate e ora-pro-nóbis) Salada de alface, repolho e beterraba cozida bem picadinhos com chia e azeite de oliva **– SEM FAROFA**	Arroz integral / Feijão Tilápia refogada com hortaliças (cebola, tomate, cenoura, abobrinha) Moranga assada Salada de brócolis, couve flor e beterraba bem picados com gergelim e azeite de oliva	Arroz / Feijão **LOMBO SUÍNO COM HORTALIÇAS** Couve refogada picadinha Salada de alface, cenoura e tomate bem picadinhos com chia, azeite de oliva	**MACARRÃO DE ARROZ** / Polenta Frango ao molho com hortaliças (cebola, tomate, couve, espinafre, cenoura, abobrinha, ora-pro-nóbis) Salada de repolho, pepino e beterraba cozida bem picadinhos com gergelim e azeite de oliva
Lanche da tarde 1: 13h30 - 14h00	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Leite puro ou leite batido com amora e banana	- **PÃO SEM GLÚTEN** com MOLHO DE CARNE MOÍDA - Suco de uva SEM AÇÚCAR (2 partes de suco e 1 parte de água)	- **BOLO SEM GLÚTEN** - Leite com cacau e banana	**PÃO SEM GLÚTEN** com manteiga - Vitamina de morango orgânico com banana SEM AÇÚCAR	- **BISCOITO SEM GLÚTEN** - Iogurte natural batido com morango, banana e chia (sem açúcar)
Jantar: 16h00 - 16h30	- Sopa creme de moranga ou aipim com frango ou lombo suíno	- Minestra com arroz (feijão batido com chuchu e moranga) e salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão	- Sopa de carne com arroz e hortaliças (batata, cenoura, couve folha, espinafre, moranga, aipim, ora-pro-nóbis)	- Minestra com **MACARRÃO DE ARROZ** (feijão batido com chuchu e moranga) e salada de repolho bem picadinho com azeite de oliva e limão	- Risoto de frango - Salada de alface e tomate bem picadinhos
Lanche da tarde 2: 17h30	- Mamão	- Uva ou Morango	- Banana	- Melancia	- Salada de frutas com abacaxi e manga

Rubia Cunha

RUBIA CUNHA DE SOUZA RAUPP - CRN10 0749

Gabriela Goudinho

GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226

OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS.