

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR					
Cardápio:	CEIs		Zona:	Urbana e Rural	
Faixa Etária	3 a 6 anos				
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO, ABRIL E MAIO			1ª semana
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche Matutino: 9h30	- Pão de cachorro quente integral com molho de lombo suíno e hortaliças (cebola, couve, tomate, cenoura, brócolis, espinafre, chuchu, ora-pro-nóbis e biomassa de banana verde)	- Bolinho de aipim com carne (aipim, ovo, farinha de aveia, sal, carne, cebola, tomate, temperos)	- Bolo de cenoura sem glúten (cenoura, ovo, óleo, açúcar, aveia, farinha de arroz, polvilho)	- Torta salgada sem glúten com frango e legumes (aveia, farinha de arroz, polvilho, óleo, ovo) Frango, cebola, brócolis, abobrinha, milho)	- Pão caseiro integral de aipim com patê de tilápia (aipim, farinha de trigo branca, integral, de aveia, ovo, óleo, fermento. Tilápia assada, biomassa de banana verde ou requeijão de aipim, sal, limão e temperos)
	- Suco de abacaxi com couve e hortelã sem açúcar	- Suco de morango com banana e hortelã sem açúcar	- Vitamina de banana com beterraba sem açúcar	- Suco de uva sem açúcar (2 partes de suco e 1 parte de água)	- Iogurte natural com amora, chia e banana (sem açúcar)
	- Batata doce assada em palito com azeite de oliva, sal, açafrão e alecrim - Uva ou Mamão	- Banana orgânica - Milho cozido	- Pitaya ou Maçã	- Batata doce cozida - Melancia orgânica	- Salada de frutas (mamão, banana, maçã, pitaya, uva)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)	Lipídio (g)
		55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	332kcal	56g		10g	7g
		69%		13%	19%
 RUBIA CUNHA DE SOUZA RAUPP - CRN10 0749  GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226 OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS					

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Cardápio:	CEIs		Zona:	Urbana e Rural	
Faixa Etária	3 a 6 anos				
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO, ABRIL E MAIO		2ª semana	
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche Matutino: 9h30	- Sanduíche de queijo com alface, tomate, cenoura ralada e patê de frango Patê de frango (frango refogado, cenoura, cúrcuma, biomassa de banana verde ou requeijão de aipim OU Frango e cenoura cozida)	- Bolo de beterraba sem glúten (beterraba, ovo, óleo, açúcar, aveia, farinha de arroz, polvilho)	- Risoles da Clenir assado de aipim com frango (aipim, farinha de trigo, óleo, sal, açafrão, frango refogado)	- Minestra com arroz e lombo suíno (cozinhar o feijão com moranga e chuchu. Bater tudo. Refogar a carne, juntar o feijão batido e o arroz para cozinhar)	- Pão integral de sementes com recheio de frango e hortaliças (farinha de trigo branca e integral, farinha de aveia, ovo, óleo, chia, gergelim, fermento, frango, tomate, cenoura, couve)
	- Suco de morango com banana sem açúcar	- Leite com cacau, banana e canela	- Suco de maracujá com maçã e banana (sem açúcar)	- Salada de repolho com azeite de oliva e limão	- Iogurte natural batido com manga, banana e chia (sem açúcar)
Lanche Vespertino: 15h00	- Batata doce assada em palito com sal, alecrim e azeite de oliva - Pitaya ou Maçã	- Uva ou Mamão	- Batata doce assada em rodela com azeite de oliva e sal OU Milho cozido - Banana	- Melancia ou Laranja	- Frutas picadas (abacaxi, pitaya, banana, laranja, maçã)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	337kcal	56g	11g	9g	
		66%	13%	23%	
Rubialunha 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 DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Cardápio:	CEIs		Zona:	Urbana e Rural	
Faixa Etária	3 a 6 anos				
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO, ABRIL E MAIO			3ª semana
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche Matutino: 9h30 <					

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Cardápio:	CEIs		Zona:	Urbana e Rural	
Faixa Etária	3 a 6 anos				
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO, ABRIL E MAIO			4ª semana
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche Matutino: 9h30 <					