



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA



Cardápio Infantil (1 a 4 anos) mês de Julho / 2025

1º SEMANA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum 08h00 – 08h20	Leite c/ pouco açúcar Bolacha de Maisena	Pão de Leite s/ Margarina Chá de Erva-Doce pouco adoçado	Leite c/ pouco açúcar Bolacha de Maisena	Pão de Leite s/ Margarina Chá de Erva-Doce pouco adoçado	Leite c/ pouco açúcar Bolacha de Maisena
Almoço 09h30 – 10h00	Omelete de Forno Beterraba Cozida Arroz Feijão Salada de Pepino Maçã	Carne de Panela c/ Batata Arroz Feijão Salada de Alface Banana	Tilápia Assada c/ Legumes (Cenoura e Batata) Arroz Feijão Salada de Cenoura Maçã	Estrogonofe de Frango Arroz Feijão Salada de Pepino Banana	Almôndega ao Molho Vermelho Arroz Feijão Salada de Alface c/ Cenoura Maçã
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Pão de Leite s/ Margarina Suco de Uva pouco adoçado	Leite pouco adoçado Bolacha de Água e Sal	Pão de Leite s/ Margarina Suco de Uva pouco adoçado	Leite pouco adoçado Bolacha de Água e Sal	Arroz Doce
Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Fubá c/ Carne	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)

2º SEMANA

Desjejum 08h00 – 08h20	Leite c/ pouco açúcar Bolacha de Maisena	Pão de Leite s/ Margarina Chá Matte pouco adoçado	<i>Feriado</i>	<i>Conselho de Classe</i>	<i>Conselho de Classe</i>
Almoço 09h30 – 10h00	Carne em Isca Refogada Abobrinha Refogada Arroz Feijão Salada de Tomate Mamão	Coxa e Sobrecoxa Assada Arroz Feijão Salada de Repolho Pêra	<i>Feriado</i>	<i>Conselho de Classe</i>	<i>Conselho de Classe</i>
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Pão de Leite s/ Margarina Suco de Caju pouco adoçado	Leite pouco adoçado Bolacha de Água e Sal	<i>Feriado</i>	<i>Conselho de Classe</i>	<i>Conselho de Classe</i>
Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	<i>Feriado</i>	<i>Conselho de Classe</i>	<i>Conselho de Classe</i>

3º SEMANA

Desjejum 08h00 – 08h20	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>
Almoço 09h30 – 10h00	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>
Café da Tarde 13h30 – 14h00	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>
Pré-Janta 15h00 -15h20	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>

4º SEMANA

Desjejum 08h00 – 08h20	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>
Almoço 09h30 – 10h00	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA



Café da Tarde 13h30 – 14h00	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>
Pré-Janta 15h00 -15h20	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>	<i>Recesso Escolar</i>
5ª SEMANA					
Desjejum 08h00 – 08h20	Leite c/ pouco açúcar Bolacha de Maisena	Pão de Leite s/ Margarina Chá de Erva-Doce pouco adoçado	Leite c/ pouco açúcar Bolacha de Maisena	Pão de Leite s/ Margarina Chá de Erva-Doce pouco adoçado	Leite c/ pouco açúcar Bolacha de Maisena
Almoço 09h30 – 10h00	Omelete de Forno c/ Tomate e Cenoura Arroz Feijão Salada de Repolho Banana	Almôndega Assada Creme de Milho Arroz Feijão Salada de Tomate Melancia	Coxa e Sobrecoxa Cozida Beterraba Cozida Arroz Feijão Salada de Repolho Banana	Carne de Panela c/ Batata e Cenoura Arroz Feijão Salada de Tomate Melancia	Frango em Cubos Refogado Arroz Feijão Salada de Repolho c/ Tomate Banana
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Pão de Leite s/ Margarina Suco de Caju pouco adoçado	Leite pouco adoçado Bolacha de Água e Sal	Pão de Leite s/ Margarina Suco de Caju pouco adoçado	logurte de Morango	Bolo Aniversariante do mês: Bolo de Fubá (Caseiro) Suco de Caju pouco adoçado
Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Fubá c/ Carne	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)

TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 1ª SEMANA									
Energia (kcal): 725,73									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
113 g	62 %	28 g	15%	19 g	23 %	260,16	3,32	220,65	13,91
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 2ª SEMANA									
Energia (kcal): 423,09									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
63 g	47 %	18 g	15 %	12 g	19 %	165,97	1,96	127,52	21,45
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 3ª SEMANA									
Energia (kcal):									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
g	%	g	%	g	%				
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 4ª SEMANA									
Energia (kcal):									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
g	%	g	%	g	%				
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 5ª SEMANA									
Energia (kcal): 712,32									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
11 g	63 %	28 g	16 %	18 g	22 %	235,57	3,01	159,49	11,55


Carla Sorgi de O. Silva
 NUTRICIONISTA
 CRN - 69358



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA



SUBSTITUIÇÕES PARA CASOS DE PATOLOGIAS ALIMENTARES	
Alergia ao Ovo	Refeições c/ Macarrão → Substituído por Arroz Refeições c/ Ovo → Substituído por Carne em Isca
Doença celíaca Sensibilidade ao glúten	Refeições c/ Bolacha → Substituído por Bolacha de Arroz Refeições c/ Pão de Leite ou Pão Francês → Substituído por Pão s/ Ovo, s/ Leite e s/ Glúten. Refeições c/ Macarrão → Substituído por Arroz Refeições c/ Molho Branco → Substituído por Molho ao Sugo.
Intolerância a Lactose	Refeições c/ Bolacha → Substituído por Bolacha de Arroz Refeições c/ Pão de Leite ou Pão Francês → Substituído por Pão s/ Ovo, s/ Leite e s/ Glúten. Refeições c/ Leite Integral → Substituído por Leite s/ Lactose ou Leite de Soja Refeições c/ Macarrão → Substituído por Arroz Refeições c/ Molho Branco → Substituído por Molho ao Sugo.

As frutas, verduras e legumes poderão ser substituídos por outros alimentos do mesmo grupo e com valor nutricional equivalente, respeitando a sazonalidade dos alimentos e disponibilidade da agricultura familiar, conforme preconizado pela legislação vigente (Lei nº 11.947/2009 e Resolução FNDE nº 06/2020, ou outra que venha a substituí-las).


Carla Sorgi de O. Silva
NUTRICIONISTA
CRN - 69358