

CARDÁPIO - NOVEMBRO/2022



Instituto de Integração
Social de Barueri



PREFEITURA DE
COTIA

0 a 5 meses e 29 dias

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil				
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
Segunda	Fórmula Infantil 1				
Terça	Fórmula Infantil 1				
Quarta	Fórmula Infantil 1				
Quinta	Fórmula Infantil 1				
Sexta	Fórmula Infantil 1				

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**

Fórmula infantil:	Oferecer 150 ml. Usar bico ortodôntico nº 1.	 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077
Água:	Ofertar entre as refeições.	

6 meses - 1ª Semana

Dia da Semana / Horario	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
Segunda	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**



Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 38077

Fórmula infantil:

Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.

Água:

Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.

Papinha de fruta:

Água: ofertar entre as refeições.

6 meses - 2ª Semana

Dia da Semana / Horario	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
Segunda	Fórmula Infantil 2	Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**



Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 38077

Fórmula infantil:

Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.

Papinha de fruta:

Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.

Água:

Água: ofertar entre as refeições.

6 meses - 3ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
Segunda	Fórmula Infantil 2	Abóbora Paulista e chuchu	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Abóbora Paulista e chuchu	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha e Abobrinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077
Fórmula infantil:		Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.			
Água:		Água: ofertar entre as refeições.			
Papinha de fruta:		Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.			
Papinha salgada (Almoço e jantar)		Oferecer 1 concha pequena (100 gramas).			
		Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir.			
		Consistência na forma de purê amolecido. Passar na peneira grossa.			

6 meses - 4ª Semana

Dia da Semana / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	* CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
Segunda	Fórmula Infantil 2	Feijão, batata, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Terça	Fórmula Infantil 2	Ervilha, cenoura, batata, chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quarta	Fórmula Infantil 2	Grão de Bico, abóbora, inhame, e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Quinta	Fórmula Infantil 2	Batata, feijão, chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
Sexta	Fórmula Infantil 2	Lentilha, abóbora, couve flor, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2

*** para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.**

Fórmula infantil:

Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.

Água:

Água: ofertar entre as refeições.

Papinha de fruta:

Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.

Papinha salgada (Almoço e jantar)

Oferecer 1 concha pequena (100 gramas).

Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir.

Consistência na forma de purê amolecido. Passar na peneira grossa.



Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

7 a 12 meses - 1ª Quinzena

Dia / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	*CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
terça-feira, 1 de novembro de 2022	DIA SEM EXPEDIENTE				
quarta-feira, 2 de novembro de 2022	FERIADO				
quinta-feira, 3 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, chuchu, cenoura e frango/ Papinha de Melancia	Fórmula Infantil 2	Feijão,mandioquinha, couve-flor, abóbora, carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 4 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, abóbora, inhame, couve-flor e carne/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Fubá, cenoura,tomate,abobrinha, couve e frango/Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2
sábado, 5 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 6 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 7 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha, feijão, abobrinha,cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Ervilha, abóbora paulista, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 8 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, abobrinha, cenoura e carne/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Arroz, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
quarta-feira, 9 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, cenoura, batata doce, chuchu, espinafre e frango/Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Feijão, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
quinta-feira, 10 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, chuchu, abóbora, inhame, couve e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fubá, abobrinha,cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 11 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, abóbora, inhame e carne/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Lentilha, cenoura,batata, brócolis e frango/` Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2
sábado, 12 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 13 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 14 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Arroz, beterraba, batata, inhame, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Feijão, cenoura,batata,abobrinha, brócolis e carne/ Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 15 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Fubá, abobrinha,cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Ervilha, abóbora paulista,chuchu, couve-flor e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.					
Fórmula infantil:	Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição.				
Água:	Água: ofertar entre as refeições.				
Papinha de fruta:	Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.				
Papinha salgada (Almoço e jantar)	Oferecer 2 concha pequena (200 gramas). Alimentos bem cozidos.				
	Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas. Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir.				
	Consistência: evoluir gradativamente (de amassado para pedaços pequenos).				
	Ovo inteiro (bem cozido)				

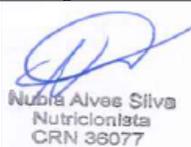

 Nubis Alves Silva
 Nutricionista
 CRN 38077

7 a 12 meses - 2ª Quinzena

Dia / Horário	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR	*CEIA
	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil	Papinha salgada e de fruta	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
quarta-feira, 16 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, chuchu, cenoura, couve-flor e frango/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Feijão branco, mandioquinha, beterraba, agrião e carne/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
quinta-feira, 17 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Arroz, feijão, abóbora, mandioquinha, agrião e carne/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Fubá, tomate, inhame, abóbora, couve e frango/ Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 18 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, ervilha, chuchu, cenoura, couve e frango/ Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Batata, feijão, chuchu, abobrinha, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sábado, 19 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 20 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 21 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, inhame, abóbora paulista, chuchu, carne/Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Arroz, lentilha, abobrinha, e batata, couve-flor e frango/Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 22 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, batata, beterraba, couve-flor e frango/Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Inhame, feijão, cenoura, chuchu, repolho e frango/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2
quarta-feira, 23 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Arroz, lentilha, abóbora, mandioquinha, repolho e frango/Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Macarrão, abobrinha, batata doce, inhame, espinafre e carne/Papinha de Melancia	Fórmula Infantil 2
quinta-feira, 24 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Feijão, batata, cenoura, chuchu, espinafre e carne/Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Arroz, tomate, cenoura, mandioquinha, couve e ovo/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 25 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, cenoura, batata, , espinafre e frango/Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Feijão, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sábado, 26 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 27 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 28 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha, feijão, abobrinha, cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Ervilha, abóbora paulista, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 29 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Feijão, inhame, abóbora paulista, chuchu, frango/Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Macarrão, lentilha, cenoura, batata, couve e ovo/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
quarta-feira, 30 de novembro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, batata, abobrinha, cenoura e carne/Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Lentilha, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.					
Fórmula infantil:	Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição.				
Água:	Água: ofertar entre as refeições.				
Papinha de fruta:	Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.				
Papinha salgada (Almoço e jantar)	Oferecer 2 concha pequena (200 gramas). Alimentos bem cozidos.				
	Alimentos bem cozidos. Carnes bem desfiadas e picadas. Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir.				
	Consistência: evoluir gradativamente (de amassado para pedaços pequenos).				
	Ovo inteiro (bem cozido)				


 Nubia Alves Silva
 Nutricionista
 CRN 38077

Maternal - 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
terça-feira, 1 de novembro de 2022	DIA SEM EXPEDIENTE				
quarta-feira, 2 de novembro de 2022	FERIADO				
quinta-feira, 3 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Maçã	Leite com Flocos de Milho	Sopa de Ervilha, abóbora, chuchu, batata e frango/Laranja	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
sexta-feira, 4 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão	Banana com Aveia	Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga	Chá com Biscoito Polvilho
sábado, 5 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 6 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 7 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Omelete com Brócolis/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Biscoito Maizena	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Leite puro/ Biscoito Integral
terça-feira, 8 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Maçã	Chá com Biscoito de Polvilho	Canja/Melancia	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
quarta-feira, 9 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Alface c/ Toamte/Mamão	Mingau de Aveia sem Açúcar	Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi	Banana com Aveia
quinta-feira, 10 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Cenoura Refogada/Laranja	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral	Sopa de Grão de Bico, legumes e frango/Mamão	Leite Puro/Biscoito Maisena
sexta-feira, 11 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga/Mamão	Chá com Torta de Frango	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
sábado, 12 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 13 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 14 de novembro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Cenoura/Salada de Pepino /Melão	Leite com mini pão francês com Requeijão	Sopa de ervilha, legumes e frango/Manga	Chá com Biscoito Polvilho
terça-feira, 15 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Leite Puro/ Biscoito Integral	Sopa de Grão de Bico, batata, chuchu, cenoura e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 16 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Pão de queijo	Sopa de Macarrão com Legumes e frango/Melancia	Leite Puro/ Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 17 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Chá com Biscoito Polvilho	Canja/Mamão	Banana com Aveia
sexta-feira, 18 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Chá com Torta de Frango	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
sábado, 19 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 20 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 21 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Biscoito Crean Cracker	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
terça-feira, 22 de novembro de 2022	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Banana com Aveia	Sopa de Lentilha, batata, cenoura e carne/Melancia	Chá com Biscoito Polvilho
quarta-feira, 23 de novembro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Isclas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá com Torta de Frango	Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão	Leite Puro/Biscoito Integral
quinta-feira, 24 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Beterraba Cozidada/Melancia	Chá com Bolo de Cenoura	Sopa de macarrão, cenoura, chuchu, abóbora e carne/Maçã	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
sexta-feira, 25 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Alface /Manga	Mingau de Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e Frango/Melão	Chá com Torta de Frango
sábado, 26 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 27 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 28 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre /Beterraba Cozida/Melão	Leite com Flocos de Milho	Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga	Chá com Biscoito Polvilho
terça-feira, 29 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Chá com Bolo de Beterraba	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 30 de novembro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Chá/ mini pão francês com requeijão	Canja/Melancia	Vitamina com Biscoito Integral
* Para alunos de berçário Maternal II-servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077
*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.					
NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO					

Maternal - 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30
terça-feira, 1 de novembro de 2022	DIA SEM EXPEDIENTE			
quarta-feira, 2 de novembro de 2022	FERIADO			
quinta-feira, 3 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Maçã	Leite com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Repolho Refogado/Maçã
sexta-feira, 4 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão
sábado, 5 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 6 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 7 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Omelete com Brócolis/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Biscoito Maizena	Arroz/ Feijão/ Frango/Beterraba Cozida /Manga
terça-feira, 8 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Maçã	Chá com Bolo de Laranja	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Maçã
quarta-feira, 9 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Alface c/ Toamte/Mamão	Mingau de Aveia	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão
quinta-feira, 10 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Cenoura Refogada/Laranja	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral	Arroz/Feijão/omelete com Espinafre /Cenoura Refogada/Laranja
sexta-feira, 11 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga/Mamão	Chá com Torta de Frango	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Mamão
sábado, 12 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 13 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 14 de novembro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Cenoura/Salada de Pepino /Melão	Leite com mini pão francês com Requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão
terça-feira, 15 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Leite Puro/Rosquinha de Coco	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja
quarta-feira, 16 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida /Manga	Chá com Pão de queijo	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Beterraba Cozida /Manga
quinta-feira, 17 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Canjica	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja
sexta-feira, 18 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Chá com Torta de Frango	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã
sábado, 19 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 20 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 21 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá com Biscoito Crean Cracker	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi
terça-feira, 22 de novembro de 2022	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja
quarta-feira, 23 de novembro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá com Torta de Frango	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão
quinta-feira, 24 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Beterraba Cozidada/Melancia	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia
sexta-feira, 25 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Alface /Manga	Mingau de Aveia	Arroz/ Feijão/ Frango/Beterraba Cozida /Manga
sábado, 26 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 27 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 28 de novembro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre /Beterraba Cozida/Melão	Leite com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/Iscas de Carne /Abobrinha Refogada/Melancia
terça-feira, 29 de novembro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Chá com Bolo de Beterraba	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia
quarta-feira, 30 de novembro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Chá/ mini pão francês com requeijão	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Brócolis Refogado/Laranja
Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)				
NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO				
				 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077

Maternal - Sem Lactose 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
terça-feira, 1 de novembro de 2022	DIA SEM EXPEDIENTE				
quarta-feira, 2 de novembro de 2022	FERIADO				
quinta-feira, 3 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Maçã	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Sopa de Ervilha, abóbora, chuchu, batata e frango/Laranja	Bebida de Soja/Cream Cracker 0 lactose
sexta-feira, 4 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão	Banana com Aveia	Sopa de fubá, couve e carne moída/Manga	Chá com pão com creme vegetal
sábado, 5 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 6 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 7 de novembro de 2022	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Omelete com Brócolis/Beterraba Cozida /Manga	Chá/ Biscoito Maizena 0 lactose	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 8 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Maçã	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Canja/Melancia	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose
quarta-feira, 9 de novembro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Alface c/	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi	Chá com pão com creme vegetal
quinta-feira, 10 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Cenoura Refogada/Laranja	Vitamina de fruta com bebida de soja	Sopa de Grão de Bico, legumes e frango/Mamão	Chá/ Biscoito Maizena 0 lactose
sexta-feira, 11 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga/Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 12 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 13 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 14 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Cenoura/Salada de Pepino /Melão	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de ervilha, legumes e frango/Manga	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose
terça-feira, 15 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Grão de Bico, batata, chuchu, cenoura e carne/Maçã	Bebida de soja e pão com creme vegetal
quarta-feira, 16 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa de Macarrão com Legumes e frango/Melancia	Bebida de Soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 17 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Chá com Biscoito Maizena 0 lactose	Canja/Mamão	Banana com Aveia
sexta-feira, 18 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 19 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 20 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 21 de novembro de 2022	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Macarrão, legumes e frango/ Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
terça-feira, 22 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Banana com Aveia	Sopa de Lentilha, batata, cenoura, macarrão e carne/Melancia	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quarta-feira, 23 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de Feijão, legumes e frango/Melão	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quinta-feira, 24 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado /Beterraba Cozida/Melancia	Chá com Bolo de Cenoura	Sopa de macarrão, cenoura, chuchu, abóbora e carne/Maçã	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 25 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Alface /Manga	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Sopa de Macarrão, legumes e carne/Melão	Chá com Torta de Frango com leite 0 lactose
sábado, 26 de novembro de 2022	SÁBADO				
domingo, 27 de novembro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 28 de novembro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre /Beterraba Cozida/Melão	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Sopa de macarrão, legumes e frango e /Manga	Banana com Aveia
terça-feira, 29 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada	Salada de Frutas	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja
quarta-feira, 30 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Canja/Melancia	Vitamina de fruta com bebida de soja

*Servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);

*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 38077

Maternal - Sem Lactose 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30
terça-feira, 1 de novembro de 2022	PONTO FACULTATIVO			
quarta-feira, 2 de novembro de 2022	FERIADO			
quinta-feira, 3 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Maçã	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Repolho Refogado/Maçã
sexta-feira, 4 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/ Frango em tiras /Cenoura Refogada/Melão
sábado, 5 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 6 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 7 de novembro de 2022	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Omelete com Brócolis/Beterraba Cozida /Manga	Chá/ Biscoito Maizena 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Maçã
terça-feira, 8 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Maçã	Chá com Bolo de Laranja	Canja/Melancia
quarta-feira, 9 de novembro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Alface c/ Toamte/Mamão	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão
quinta-feira, 10 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela /Cenoura Refogada/Laranja	Vitamina de fruta com bebida de soja	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre /Cenoura Refogada/Laranja
sexta-feira, 11 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga/Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/Feijão/Frango refogado/Couve Refogada/Mamão
sábado, 12 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 13 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 14 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Cenoura/Salada de Pepino /Melão	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão
terça-feira, 15 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abóbora Refogada /Laranja
quarta-feira, 16 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida /Manga	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Beterraba Cozida /Manga
quinta-feira, 17 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate /Laranja
sexta-feira, 18 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada /Maçã
sábado, 19 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 20 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 21 de novembro de 2022	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete com Legumes/Salada de Pepino/Abacaxi
terça-feira, 22 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja
quarta-feira, 23 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão
quinta-feira, 24 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado /Beterraba Cozida/Melancia	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Frango refogado /Couve Refogada/Melancia
sexta-feira, 25 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Alface /Manga	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Arroz/ Feijão/ Frango/Beterraba Cozida /Manga
sábado, 26 de novembro de 2022	SÁBADO			
domingo, 27 de novembro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 28 de novembro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre /Beterraba Cozida/Melão	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/Iscas de Carne /Abobrinha Refogada/Melão
terça-feira, 29 de novembro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Salada de Frutas	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia
quarta-feira, 30 de novembro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja
Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)				
NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO				
				 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 38077