

# CARDÁPIO - DEZEMBRO/2023



Instituto de Integração  
Social de Barueri



PREFEITURA DE  
**COTIA**

# 6 meses - 1ª Semana

Dia da Semana / Horário	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
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Manga	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	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
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Papinha de Banana	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.**

**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
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Abóbora e Inahame	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha e Abobrinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Cenoura e Batata	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Mandioca e Cenoura	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	Fórmula Infantil 2	Mandioquinha e Abobrinha	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.</b>					 Nubia Alves Silva Nutricionista CRN 36077
<b>Fórmula infantil:</b>		Oferecer 175 ml. Usar o bico ortodôntico nº 2.			
<b>Água:</b>		Água: ofertar entre as refeições.			
<b>Papinha de fruta:</b>		Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.			
<b>Papinha salgada (Almoço e jantar)</b>		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
<b>Segunda</b>	Fórmula Infantil 2	Feijão, batata, cenoura e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Terça</b>	Fórmula Infantil 2	Ervilha, cenoura, batata, chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quarta</b>	Fórmula Infantil 2	Grão de Bico, abóbora, inhame, e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Quinta</b>	Fórmula Infantil 2	Batata, feijão, chuchu e frango	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2	Fórmula Infantil 2
<b>Sexta</b>	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

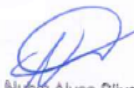
# 7 a 12 meses - 1ª Quinzena

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
<b>segunda-feira, 4 de dezembro de 2023</b>	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
<b>terça-feira, 5 de dezembro de 2023</b>	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
<b>quarta-feira, 6 de dezembro de 2023</b>	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
<b>quinta-feira, 7 de dezembro de 2023</b>	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
<b>sexta-feira, 8 de dezembro de 2023</b>	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
<b>sábado, 9 de dezembro de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>				
<b>domingo, 10 de dezembro de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>				
<b>segunda-feira, 11 de dezembro de 2023</b>	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
<b>terça-feira, 12 de dezembro de 2023</b>	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
<b>quarta-feira, 13 de dezembro de 2023</b>	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
<b>quinta-feira, 14 de dezembro de 2023</b>	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
<b>sexta-feira, 15 de dezembro de 2023</b>	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
<b>* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.</b>					
<b>Fórmula infantil:</b>	Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição.				
<b>Água:</b>	Água: ofertar entre as refeições.				
<b>Papinha de fruta:</b>	Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.				
<b>Papinha salgada (Almoço e jantar)</b>	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 36077

# 7 a 12 meses - 2º 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
sábado, 16 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 17 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2	Macarrão, inhame, abóbora paulista, chuchu, carne/Papinha de Manna	Fórmula Infantil 2	Arroz, lentilha, abobrinha, e batata, couve-flor e frango/Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	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, 20 de dezembro de 2023	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, 21 de dezembro de 2023	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, 22 de dezembro de 2023	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, 23 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 24 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 25 de dezembro de 2023	<b>FERIADO NATAL</b>				
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	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, 27 de dezembro de 2023	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
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2	Grão de Bico, 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, 29 de dezembro de 2023	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
<b>* para alunos que permaneçam até as 19:00 horas.</b>					
<b>Fórmula infantil:</b>		Ofertar 175 ml. A partir do 8 meses servir no copo de transição.			
<b>Água:</b>		Água: ofertar entre as refeições.			
<b>Papinha de fruta:</b>		Oferecer 3 colheres de sopa OU 1/2 unidade (maçã, pêra e banana). Sem adição de açúcar.			
<b>Papinha salgada (Almoço e jantar)</b>		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
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta	Chá com Biscoito Cream Cracker	Sopa de macarrão com legumes e carne/Fruta	Vitamina de frutas
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Chá com Bolo de Laranja	Sopa de fubá, couve e carne moída/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta	Mingau de Aveia sem Açúcar	Sopa de Ervilha Legumes, macarrão e frango/Fruta	Chá/ Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Chá com Pão de Queijo
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho	Canja/Fruta	Leite Puro/Biscoito Maisena
sábado, 9 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 10 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e frango/Fruta	Leite puro com Biscoito Maizena
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Leite e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango c/ abobrinha/Beterraba Cozida/Fruta	Chá com Biscoito Cream Cracker	Sopa de Ervilha, legumes e carne/Fruta	Mingau de Aveia sem Açúcar
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Leite Puro e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes/ Salada de Pepino/Fruta	Chá Mini Pão com Requeijão	Sopa Creme de Abóbora com frango/Fruta	Danone de Inhame com Manga
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Salada de Frutas	Sopa caldo verde (batata, couve e carne moída)/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Chá com Torta de Frango	Sopa de Macarrão, legumes e Frango/Fruta	Vitamina de Abacate
sábado, 16 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 17 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Leite com Biscoito Maizena
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta	Chá com Bolo de Banana sem Açúcar	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Fruta	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Leite Puro e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Chá/ mini pão francês com requeijão	Canja/Fruta	Creme de Abacate com Banana
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta	Chá com Pão de Queijo	Sopa Creme de Legumes com carne/Fruta	Banana com Aveia
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta	Mingau de Aveia sem Açúcar	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Chá/Biscoito Polvilho
sábado, 23 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 24 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 25 de dezembro de 2023	<b>FERIADO NATAL</b>				
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho	Sopa de lentilha, legumes e carne moída/Fruta	Danone de Inhame com Manga
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta	Chá com Bolo de Fubá	Sopa de Fubá com Couve e Carne Moída/Fruta	Salada de Frutas
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Leite PURO e pão com requeijão	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Vitamina de Frutas/Biscoito Cream Cracker	Sopa de Ervilha Legumes e frango/Fruta	Chá com Pão de Queijo

\* Para alunos de berçário Maternal II-servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);

\*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.

  
Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077

**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/ Manhã	Almoço/ Manhã	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta	Chá com Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Chá com Bolo de Laranja	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta	Mingau de Aveia sem Açúcar	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Alface com tomate/Fruta
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta
sábado, 9 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 10 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Leite e mini pão com requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Frango c/ abobrinha/Beterraba Cozida/Fruta	Chá com Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Iscas de Frango c/ abobrinha/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Leite Puro e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes/ Salada de Pepino/Fruta	Chá Mini Pão com Requeijão	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes/ Salada de Pepino/Fruta
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Salada de Frutas	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Chá com Torta de Frango	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta
sábado, 16 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 17 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta	Chá com Bolo de Banana sem Açúcar	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Leite Puro e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Chá/ mini pão francês com requeijão	Arroz/ Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta	Chá com Pão de Queijo	Arroz/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/ Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta	Mingau de Aveia sem Açúcar	Arroz/ Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta
sábado, 23 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 24 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 25 de dezembro de 2023	<b>FERIADO NATAL</b>			
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Leite Puro e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta	Chá com Biscoito Polvilho	Arroz/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta	Chá com Bolo de Fubá	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Leite Puro / Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Leite Puro e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Vitamina de Frutas/Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta

Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)

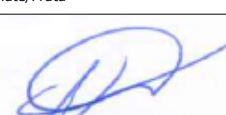
**NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO**

  
Nubia Alves Silva  
Nutricionista  
CRN 36077

# Maternal - Sem Lactose 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar	*Ceia
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta	Bebida de Soja com biscoito cream cracker 0 lactose	Sopa de macarrão com legumes e carne/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Chá com Bolo de laranja	Sopa de fubá, couve e carne moída/Fruta	Chá com pão com creme vegetal
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Sopa de Ervilha Legumes, macarrão e frango/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Banana com Aveia
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta	Salada de Frutas	Sopa Canja/Fruta	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 9 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 10 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de Macarrão, legumes e frango/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango c/ abobrinha/Beterraba Cozida/Fruta	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de Ervilha, legumes e carne/Fruta	Mingau de Aveia com Bebida de Soja
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes/ Salada de Pepino/Fruta	Chá com Pão com Creme Vegetal	Sopa Creme de Abóbora com frango/Fruta	Danone de Inhame com Manga
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Salada de Frutas	Sopa caldo verde (batata, couve e carne moída)/Fruta	Chá com pão com creme vegetal
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de Macarrão, legumes e Frango/Fruta	Vitamina de Abacate com bebida de soja
sábado, 16 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 17 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Banana com Aveia	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Chá Biscoito de Arroz
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta	Chá com Bolo de Banana s/ açúcar com bebida de soja	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Fruta	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Sopa Canja/Fruta	Creme de Abacate com bebida de soja
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Sopa Creme de Legumes com carne/Fruta	Banana com Aveia
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose
sábado, 23 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
domingo, 24 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>				
segunda-feira, 25 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>				
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Sopa de lentilha, legumes e carne moída/Fruta	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de Fubá com Couve e Carne Moída/Fruta	Chá com pão com creme vegetal
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Bebida de Soja com Biscoito Cream Cracker	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja	Sopa de Ervilha Legumes e frango/Fruta	Chá com pão com creme vegetal
<b>*Servir leite puro (sem achocolatado e sem açúcar);</b>					 <b>Nubia Alves Silva</b> Nutricionista CRN 36077
<b>*Ceia para alunos que permanecem até as 19h.</b>					
<b>NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO</b>					

# Maternal - 3º Fase - Sem Lactose

Dia da Semana	*Desjejum/Manhã	Almoço/Manhã	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
<b>segunda-feira, 4 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta	Bebida de Soja com biscoito cream cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta
<b>terça-feira, 5 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta
<b>quarta-feira, 6 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta
<b>quinta-feira, 7 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Alface com tomate/Fruta
<b>sexta-feira, 8 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta
<b>sábado, 9 de dezembro de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>domingo, 10 de dezembro de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>			
<b>segunda-feira, 11 de dezembro de 2023</b>	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta
<b>terça-feira, 12 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Frango c/ abobrinha/Beterraba Cozida/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Iscas de Frango c/ abobrinha/Beterraba Cozida/Fruta
<b>quarta-feira, 13 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes/ Salada de Pepino/Fruta	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes/ Salada de Pepino/Fruta
<b>quinta-feira, 14 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta
<b>sexta-feira, 15 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta
<b>sábado, 16 de dezembro de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>domingo, 17 de dezembro de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>			
<b>segunda-feira, 18 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre /Beterraba Cozida/Fruta	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre /Beterraba Cozida/Fruta
<b>terça-feira, 19 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada/Fruta	Salada de Frutas	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada/Fruta
<b>quarta-feira, 20 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Fruta
<b>quinta-feira, 21 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/Frango/ Salada de Alface com tomate/Fruta
<b>sexta-feira, 22 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada/Fruta	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/ Feijão/Carne Moída /Escarola Refogada/Fruta
<b>sábado, 23 de dezembro de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>domingo, 24 de dezembro de 2023</b>	<b>DOMINGO</b>			
<b>segunda-feira, 25 de dezembro de 2023</b>	<b>SÁBADO</b>			
<b>terça-feira, 26 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta
<b>quarta-feira, 27 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta
<b>quinta-feira, 28 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Bebida de Soja com Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta
<b>sexta-feira, 29 de dezembro de 2023</b>	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta
<b>Servir leite puro (sem adição de açúcar e achocolatado)</b>				 <b>Nubia Alves Silva</b> Nutricionista CRN 36077
<b>NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO</b>				


# Maternal - Isento de Proteína Animal

## Primeira Quinzena - (Vegetariano)

Dia da Semana	*Desjejum/Manhã	Almoço/Manhã	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Abóbora Refogada/Fruta	Bebida de Soja com biscoito cream cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Abóbora Refogada/Fruta
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Brócolis Refogado/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Brócolis Refogado/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Prpteína de Soja/Beterraba Cozida/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Prpteína de Soja/Beterraba Cozida/Fruta
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/abóbora Refogada/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/abóbora Refogada/ Salada de Alface com tomate/Fruta
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Escarola Refogada/Fruta	Chá com Biscoito de Arroz Integral	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Escarola Refogada/Fruta
sábado, 9 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 10 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Espinafre Refogado/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Chá e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Espinafre Refogado/Salada de Cenoura Ralada/Fruta
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/ Proteiana de Soja/Beterraba Cozida/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/ Proteiana de Soja/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/ Salada de Pepino/Fruta	Chá com Biscoito de Arroz Integral	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/ Salada de Pepino/Fruta
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Brócolis Refogado/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Brócolis Refogado/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Macarrão s/ Ovos com Proteiana de Soja/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Mingau de Aveia com Bebida de Soja	Arroz/Macarrão s/ Ovos com Proteiana de Soja/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta

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 36077


# Maternal - Isento de Proteína Animal

## Segunda Quinzena - (Vegetariano)

Dia da Semana	*Desjejum/Manhã	Almoço/Manhã	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
sábado, 16 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 17 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/Feijão/Espinafre Refogado /Beterraba Cozida/Fruta	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/Espinafre Refogado /Beterraba Cozida/Fruta
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Abobrinha Refogada/Fruta	Salada de Frutas	Arroz/ Feijão/Proteína de Soja/Abobrinha Refogada/Fruta
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ Feijão/Salada de Ervilha/Couve Refogada/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Salada de Ervilha/Couve Refogada/Fruta
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Brócolis Refogado/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/ Feijão/Brócolis Refogado/ Salada de Alface com tomate/Fruta
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Escarola Refogada/Fruta	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Escarola Refogada/Fruta
sábado, 23 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>			
domingo, 24 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>			
segunda-feira, 25 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>			
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/Salada de Beterraba Ralada/Fruta	Bebida de Soja com Flocos de Milho	Arroz/Feijão/Legumes Refogados/Salada de Beterraba Ralada/Fruta
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Chuchu Refogado/Fruta	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Proteína de Soja/Chuchu Refogado/Fruta
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Abóbora Refogada/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Bebida de Soja com Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Abóbora Refogada/Salada de pepino c/ tomate/Fruta
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Macarrão s/ Ovos c/ Proteína de Soja/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Vitamina de fruta com bebida de soja	Arroz/Feijão/Macarrão s/ Ovos c/ Proteína de Soja/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta

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 36077

# Maternal II e Jardim

## Primeira Quinzena - Integral

Dia da Semana	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito Cream Cracker Integral	Arroz Integral/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito de Arroz Integral	Arroz Integral/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de Pepino c/ tomate/Fruta
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Salada de Frutas Aveia	Arroz Integral/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Banana com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Alface com tomate/Fruta
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito Cream Cracker Integral	Arroz Integral/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta
sábado, 9 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>	
domingo, 10 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>	
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Banana com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito Cream Cracker Integral	Arroz Integral/Feijão/Iscas de Frango c/ abobrinha/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Chá Biscoito de Arroz Integral	Arroz Integral/Feijão/Carne Moída c/ legumes/ Salada de Pepino/Fruta
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Salada de Frutas com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito Cream Cracker Integral	Feijão/Macarrão s/ Ovos à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta

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 36077


# Maternal II e Jardim

## Segunda Quinzena - Integral

Dia da Semana	Lanche/Tarde	Jantar/Tarde
sábado, 16 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>	
domingo, 17 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>	
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Banana com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito Cream Cracker Integral	Arroz Integral/Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Salada de Frutas com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito de Arroz Integral	Arroz Integral/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Mamão com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta
sábado, 23 de dezembro de 2023	<b>SÁBADO</b>	
domingo, 24 de dezembro de 2023	<b>DOMINGO</b>	
segunda-feira, 25 de dezembro de 2023	<b>FERIADO NATAL</b>	
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Banana com Aveia	Arroz Integral/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito de Arroz Integral	Arroz Integral/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Chá com Biscoito Cream Cracker Integral	Arroz integral/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Fruta com Aveia	Arroz Integral/Feijão/Macarrão s/ Ovos à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta

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 36077