

CARDÁPIO - OUTUBRO/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	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
	07:30	10:30	13:30	15:30	17:30
Segunda	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
Terça	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
Quarta	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
Quinta	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1
Sexta	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1	Fórmula Infantil 1


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

Fórmula infantil:

Oferecer 150 ml. Usar bico ortodôntico nº 1.

Água:

Ofertar entre as refeições.


Nubia Alves Silva
 Nutricionista
 CRN 36077

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
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.**

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.



Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 38077

6 meses - 2ª 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
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.**

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.



Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 38077

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 38077

7 a 12 meses - 1º 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, 1 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 2 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 3 de outubro de 2022	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, beterraba, batata, inhame, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2	Arroz, cenoura, batata, abobrinha, brócolis e carne/ Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2
terça-feira, 4 de outubro de 2022	Fórmula Infantil 2	Fubá, abobrinha, cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2	Feijão, abóbora paulista, chuchu, couve-flor e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
quarta-feira, 5 de outubro 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, 6 de outubro 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, 7 de outubro 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, 8 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 9 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 10 de outubro 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, 11 de outubro 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, 12 de outubro de 2022	FERIADO				
quinta-feira, 13 de outubro 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/ Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 14 de outubro de 2022	Fórmula Infantil 2	Grão de bico, cenoura, batata, , espinafre e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Feijão, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sábado, 15 de outubro de 2022	SÁBADO				
* 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 Sliva
 Nutricionista
 CRN 38077

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
domingo, 16 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 17 de outubro 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, 18 de outubro 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, 19 de outubro 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
quinta-feira, 20 de outubro de 2022	Fórmula Infantil 2	Arroz, chuchu, abóbora, inhame, couve e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Fubá, abobrinha, cenoura, brócolis e carne/ Papinha de Mamão	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 21 de outubro 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
sábado, 22 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 23 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 24 de outubro 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
terça-feira, 25 de outubro 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
quarta-feira, 26 de outubro de 2022	Fórmula Infantil 2	Macarrão, inhame, abobrinha, cenoura, repolho e carne/ Papinha de Banana	Fórmula Infantil 2	Feijão branco, abóbora, chuchu, couve e frango/ Papinha de Melão	Fórmula Infantil 2
quinta-feira, 27 de outubro de 2022	Fórmula Infantil 2	Ervilha, batata, abobrinha, cenoura e carne/ Papinha de Abacate	Fórmula Infantil 2	Arroz, mandioquinha, cenoura, espinafre e frango/ Pêra Raspadinha	Fórmula Infantil 2
sexta-feira, 28 de outubro 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
sábado, 29 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 30 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 31 de outubro de 2022	Fórmula Infantil 2	Feijão, cenoura, batata doce, chuchu, espinafre e frango/ Maçã Raspadinha	Fórmula Infantil 2	Ervilha, abóbora, chuchu, inhame, acelga e ovo/ Papinha de Mamão	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 36077

Maternal - 1º e 2º Fases

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30	*Ceia 17h30
sábado, 1 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 2 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 3 de outubro de 2022	Leite Puro e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Pepino/Laranja	Leite com Biscoito Cream Cracker	Creme de Abóbora e frango/Melancia	Chá com Biscoito de Polvilho
terça-feira, 4 de outubro de 2022	Leite puro com Pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Vitamina de Frutas	Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão	Chá com Biscoito Maisena
quarta-feira, 5 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/ Acelga Refogada/Laranja	Chá com Biscoito de Polvilho	Sopa de ervilha, legumes e Carne/Maçã	Banana com Aveia
quinta-feira, 6 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker	Canja/Melancia	Chá com Pão de Queijo
sexta-feira, 7 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Vitamina de Frutas/ Biscoito Integral
sábado, 8 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 9 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 10 de outubro de 2022	Leite com mini pão francês com Requeijão	Arroz/Feijão/Omelete com espinafre/Legumes Refogado /Melão	Chá com Biscoito Maisena	Sopa de ervilha, legumes e frango/Manga	Vitamina de Abacate
terça-feira, 11 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico, legumes e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne
quarta-feira, 12 de outubro de 2022	FERIADO				
quinta-feira, 13 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Omelete c/Brócolis Beterraba Cozida/Melancia	Chá com Biscoito Povilho	Canja/Manga	Banana com Aveia
sexta-feira, 14 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã	Chá/Pão com Pão de Queijo	Sopa de feijao, macarrão, cenoura, chuchu e frango/Laranja	Vitamina de Fruta/Biscoito Cream Cracker
sábado, 15 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 16 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 17 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/ feijão/ omelete com espinafre, salada de alface e tomate /Banana	Chá / Rosquinha de leite	Canja / Maçã	Leite Puro / Biscoito maisena
terça-feira, 18 de outubro de 2022	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/ feijão/ frango com brócolis, acelga e cenoura refogada /Melancia	Vitamina de Frutas Biscoito cream cracker	Sopa de mandioca com carne e couve /Melão	Chá / Biscoito Polvilho
quarta-feira, 19 de outubro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ feijão preto/ carne desfiada, couve refogada e tomate / Laranja	Chá / Torta de Carne	Creme de abóbora com frango / Banana	Chá / Rosquinha de coco
quinta-feira, 20 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ feijão/ frango em tiras, salada de beterraba e cenoura / Melão	Salada de frutas	Sopa de lentilha com legumes e carne / Melancia	Leite com flocos de milho
sexta-feira, 21 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Macarrão a bolonhesa/ feijão carioca/ salada de pepino e tomate / Maçã	Leite puro / Biscoito maisena	Fubá com carne e couve / Laranja	Banana com Aveia
sábado, 22 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 23 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 24 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/ feijão/ ovo mexido com cenoura/ salada de beterraba/ Banana	Chá / Rosquinha de coco	Creme verde com frango / Melancia	Leite puro / Biscoito de polvilho
terça-feira, 25 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/feijão/ frango em iscas com abobrinha e salada de alface/ Maçã	Leite puro / Bolo de cenoura	Sopa de legumes e carne / Banana	Danone de manga com inhame
quarta-feira, 26 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz, purê de batata, feijão carioca, carne de panela, salada de couve e cenoura / Laranja	Chá / Biscoito Maisena	Creme de mandioquinha com frango /Melão	Chá / Pão de queijo
quinta-feira, 27 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz com brócolis, feijão/ frango desfiado/ salada de repolho e tomate / Melancia	Mingau de Aveia	Creme de batata com carne / Banana	Leite puro / Rosquinha de leite
sexta-feira, 28 de outubro de 2022	FERIADO				
sábado, 29 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 30 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 31 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Beterraba/Mamão	Chá com Pão de queijo	Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi	Banana com Aveia

*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 - 3º Fase

Dia da Semana	*Desjejum 07h30	Almoço 10h30	Lanche 13:30	Jantar 15h30
sábado, 1 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 2 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 3 de outubro de 2022	Leite Puro e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Pepino/Laranja	Arroz Doce	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Pepino/Melancia
terça-feira, 4 de outubro de 2022	Leite puro com Pão com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Vitamina de Frutas	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão
quarta-feira, 5 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/ Acelga Refogada/Laranja	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/ Acelga Refogada/Laranja
quinta-feira, 6 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com requeijão	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana	Chá/Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana
sexta-feira, 7 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango	Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão
sábado, 8 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 9 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 10 de outubro de 2022	Leite com mini pão francês com Requeijão	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão	Leite com Rosquinha de Chocolate	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão
terça-feira, 11 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia
quarta-feira, 12 de outubro de 2022	FERIADO			
quinta-feira, 13 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia	Chá com Biscoito Povilho	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia
sexta-feira, 14 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã	Chá/Pão com Pão de Queijo	Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã
sábado, 15 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 16 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 17 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão com margarina	Arroz/ feijão/ omelete com espinafre, salada de alface e tomate Banana	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/Feijão/Omelete de forno com Espinafre/Salada de Pepino/Abacaxi
terça-feira, 18 de outubro de 2022	Chá e mini pão com requeijão	Arroz/ feijão/ frango com brócolis, acelga e cenoura refogada Melancia	Chá com Torta de Carne	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja
quarta-feira, 19 de outubro de 2022	Leite PURO e Biscoito Cream Cracker	Arroz/ feijão preto/ carne desfiada, couve refogado e tomate / Laranja	Chá com mini pão francês com margarina	Arroz/Feijão/Iscas de carne / Salada de Repolho /Mamão
quinta-feira, 20 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com requeijão	Arroz/ feijão/ frango em tiras, salada de beterraba e cenoura / Melão	Chá com Bolo de Laranja	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia
sexta-feira, 21 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Macarrão a bolonhesa/ feijão carioca/ salada de pepino e tomate / Maçã	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre /Abóbora Refogada/Maçã
sábado, 22 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 23 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 24 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com margarina	Arroz/ feijão/ ovo mexido com cenoura/ salada de beterraba/ Banana	Chá / Rosquinha de coco	Arroz/Feijão/Iscas de Carne /Abobrinha Refogada/Melão
terça-feira, 25 de outubro de 2022	Leite PURO e mini pão frances com margarina	Arroz/feijão/ frango em iscas com abobrinha e salada de alface/ Maçã	Leite puro / Bolo de cenoura	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Beterraba Cozida /Melancia
quarta-feira, 26 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz, purê de batata, feijão carioca, carne de panela, salada de couve e cenoura / Laranja	Chá / Biscoito Maisena	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Couve Refogada/Laranja
quinta-feira, 27 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Arroz com brócolis, feijão/ frango desfiado/ salada de repolho e tomate / Melancia	Mingau de Aveia	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre /Abóbora Refogada/Maçã
sexta-feira, 28 de outubro de 2022	Leite PURO e pão com requeijão	Macarrão à Bolonhesa/Feijão/Salada de Alface/Mamão	Chá com Pão de queijo	Macarrão à Bolonhesa/Feijão/Salada de Alface/Mamão
sábado, 29 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 30 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 31 de outubro de 2022	PONTO FACULTATIVO			

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
sábado, 1 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 2 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 3 de outubro de 2022	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Pepino/Laranja	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Creme de Abóbora e frango/Melancia	Bebida de Soja/Pão com creme vegetal
terça-feira, 4 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Vitamina de Frutas com Bebida de Soja	Sopa de macarrão com carne e legumes/Melão	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose
quarta-feira, 5 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/ Acelga Refogada/Laranja	Chá com Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de ervilha, legumes e Carne/Maçã	Banana com Aveia
quinta-feira, 6 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana	Bebida de soja com Cream Cracker 0 lactose	Canja/Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal
sexta-feira, 7 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Melão	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 8 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 9 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 10 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Sopa de ervilha, legumes e frango/Manga	Vitamina de Abacate com bebida de soja
terça-feira, 11 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Maçã	Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja
quarta-feira, 12 de outubro de 2022	FERIADO				
quinta-feira, 13 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Canja/Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
sexta-feira, 14 de outubro de 2022	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã	Bebida de Soja/ Pão com creme vegetal	Sopa de feijao, macarrão,cenoura, chuchu e frango/Manga	Vitamina de fruta com bebida de soja
sábado, 15 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 16 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 17 de outubro de 2022	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/ feijão/ omelete com espinafre, salada de alface e tomate Banana	Chá / Biscoito zero lactose	Canja / Maçã	Leite Puro / Biscoito cream cracker
terça-feira, 18 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ feijão/ frango com brócolis, acelga e cenoura refogada Melancia	Vitamina de Frutas com leite de soja / Biscoito cream cracker	Sopa de mandioca com carne e couve Melão	Chá / Biscoito Polvilho
quarta-feira, 19 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ feijão preto/ carne desfiada, couve refogado e tomate / Laranja	Chá / Torta de Carne (sem leite)	Creme de abóbora com frango / Banana	Chá / Biscoito zero lactose
quinta-feira, 20 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ feijão/ frango em tiras, salada de beterraba e cenoura / Melão	Salada de frutas	Sopa de lentilha com legumes e carne / Melancia	Leite de soja com flocos de milho
sexta-feira, 21 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Macarrão a bolonhesa/ feijão carioca/ salada de pepino e tomate / Maçã	Leite puro / Biscoito zero lactose	Fubá com carne e couve / Laranja	Banana com Aveia
sábado, 22 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 23 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 24 de outubro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ feijão/ ovo mexido com cenoura/ salada de beterraba/ Banana	Chá/Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Creme verde com frango / Melancia	Banana com Aveia
terça-feira, 25 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/feijão/ frango em iscas com abobrinha e salada de alface/ Maçã	Vitamina de Frutas	Sopa de legumes e carne / Banana	Chá com Torta de Carne com Bebida de Soja
quarta-feira, 26 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz, purê de batata, feijão carioca, carne de panela, salada de couve e cenoura / Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Creme de mandioca com frango Melão	Vitamina de fruta com bebida de soja
quinta-feira, 27 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz com brócolis, feijão/ frango desfiado/ salada de repolho e tomate / Melancia	Banana com Aveia	Creme de batata com carne / Banana	Chá com pão com creme vegetal
sexta-feira, 28 de outubro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Macarrão à Bolonhesa/Feijão/Salada de Alface/Mamão	Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi	Chá com pão com creme vegetal
sábado, 29 de outubro de 2022	SÁBADO				
domingo, 30 de outubro de 2022	DOMINGO				
segunda-feira, 31 de outubro de 2022	PONTO FACULTATIVO				

*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
sábado, 1 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 2 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 3 de outubro de 2022	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Pepino/Laranja	Arroz Doce (com bebida de soja)	Arroz/Feijão/Carne de Panela/Salada de Pepino/Laranja
terça-feira, 4 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão	Vitamina de Frutas com Bebida de Soja	Arroz/Feijão/Frango refogado/Abóbora Refogada/Mamão
quarta-feira, 5 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/ Acelga Refogada/Laranja	Chá com Bolo de Cenoura	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/ Acelga Refogada/Laranja
quinta-feira, 6 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana	Bebida de soja com Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Panela/Salada de alface/Banana
sexta-feira, 7 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Arroz/Feijão/Frango refogado/Cenoura Refogada/Mamão
sábado, 8 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 9 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 10 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Chuchu Refogado /Melão	Chá com Biscoito Maisena 0 lactose	Arroz/Feijão/Omelete de forno com Espinafre/Salada de Pepino/Abacaxi
terça-feira, 11 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/ Feijão/Frango em cubos/Abobrinha Refogada /Melancia	Banana com Aveia	Arroz/Feijão/Iscas de Frango/Beterraba Cozida/Laranja
quarta-feira, 12 de outubro de 2022	FERIADO			
quinta-feira, 13 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Frango refogado /Brócolis Refogado/Melancia
sexta-feira, 14 de outubro de 2022	Bebida de Soja Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã	Bebida de Soja/ Pão com creme vegetal	Arroz/Feijão/Carne Panela/Abóbora Refogada/Maçã
sábado, 15 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 16 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 17 de outubro de 2022	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/ feijão/ omelete com espinafre, salada de alface e tomate Banana	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ feijão/ omelete com espinafre, salada de alface e tomate Banana
terça-feira, 18 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ feijão/ frango com brócolis, acelga e cenoura refogada Melancia	Chá com Torta de Carne com leite 0 lactose	Arroz/ feijão/ frango com brócolis, acelga e cenoura refogada Melancia
quarta-feira, 19 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ feijão preto/ carne desfiada, couve refogado e tomate / Laranja	Chá e Pão com creme vegetal	Arroz/ feijão preto/ carne desfiada, couve refogado e tomate / Laranja
quinta-feira, 20 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz/ feijão/ frango em tiras, salada de beterraba e cenoura / Melão	Chá com Bolo de Laranja	Arroz/ feijão/ frango em tiras, salada de beterraba e cenoura / Melão
sexta-feira, 21 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Macarrão a bolonhesa/ feijão carioca/ salada de pepino e tomate / Maçã	Banana com Aveia	Macarrão a bolonhesa/ feijão carioca/ salada de pepino e tomate / Maçã
sábado, 22 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 23 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 24 de outubro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Arroz/ feijão/ ovo mexido com cenoura/ salada de beterraba/ Banana	Bebida de soja com Sucrilhos	Arroz/ feijão/ ovo mexido com cenoura/ salada de beterraba/ Banana
terça-feira, 25 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz/feijão/ frango em iscas com abobrinha e salada de alface/ Maçã	Vitamina de Frutas	Arroz/feijão/ frango em iscas com abobrinha e salada de alface/ Maçã
quarta-feira, 26 de outubro de 2022	Bebida de soja e Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Arroz, purê de batata, feijão carioca, carne de panela, salada de couve e cenoura / Laranja	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz, purê de batata, feijão carioca, carne de panela, salada de couve e cenoura / Laranja
quinta-feira, 27 de outubro de 2022	Bebida de soja e pão com creme vegetal	Arroz com brócolis, feijão/ frango desfiado/ salada de repolho e tomate / Melancia	Banana com Aveia	Arroz com brócolis, feijão/ frango desfiado/ salada de repolho e tomate / Melancia
sexta-feira, 28 de outubro de 2022	Bebida de soja e Pão Creme vegetal	Macarrão à Bolonhesa/Feijão/Salada de Alface/Mamão	Bebida de soja/ Biscoito Cream Cracker 0 lactose	Sopa de ervilha, legumes e carne/Abacaxi
sábado, 29 de outubro de 2022	SÁBADO			
domingo, 30 de outubro de 2022	DOMINGO			
segunda-feira, 31 de outubro de 2022	PONTO FACULTATIVO			

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