

CARDÁPIO

Centro Municipal de Educação Infantil – (CMEI) - Atalaia – Período - Fevereiro/2022 a Setembro/2022
Berçário (07 a 11 meses) 1ª Semana

REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ (7:30)	Fruta (banana prata)	Fruta (banana nanica)	Fruta (banana prata)	Fruta (mamão)	Bolo de aveia com banana, maçã e canela.
ALMOÇO (10:00)	Arroz e caldo de feijão Carne cozida acém c/ mandioca e cenoura Repolho e tomate picadinhos Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Carne moída com batata Tomate e couve picadinhos Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Frango cozido desfiado Repolho e tomate picadinhos Fruta (melancia)	Arroz e caldo de feijão Carne cozida acém c/ batata e cenoura Beterraba ralada Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Ovo cozido ou omelete Purê de abobora Salada de tomate c/ pepino Fruta (melancia)
LANCHE/TARDE (13:00)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (maçã)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (banana nanica)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (maçã)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (banana prata)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (banana nanica)
JANTAR (15:00)	Sopa de macarrão c/ feijão, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho , ...)	Sopa de mandioca c/ feijão carne e legumes (abobora, cenoura, batata, repolho, couve,...)	Polenta c/ molho de carne moída e cenoura.	Sopa de macarrão c/ feijão, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho , ...)	Purê de batata c/ molho de carne moída Beterraba ralada

Observar se a crianças com restrições alimentares (leite e derivados, ovos, glúten..) servir o lanche separado.
Atenção com a dosagem de sal e óleo nas preparações servidas. Não usar açúcar nas preparações do cardápio.

Evandro Sérgio Luprete
Nutricionista CRN/PR 3059

CARDÁPIO

Centro Municipal de Educação Infantil – (CMEI) - Atalaia – Período - Fevereiro/2022 a Setembro 2022

Berçário (7 a 11 meses) 2ª Semana

REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ (7:30)	Fruta (banana nanica)	Fruta (mamão)	Fruta (banana prata)	Fruta (maçã)	Bolo de cenoura c/ aveia e uva passas Leite
ALMOÇO (10:00)	Arroz e caldo de feijão Carne cozida acém c/ quiabo, cenoura Salada de alface picadinha Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Carne moída com batata doce Couve e tomate picadinho Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Frango cozido c/ batata, cenoura Repolho picadinho Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Carne cozida acém c/ mandioca e cenoura Beterraba picadinha Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Frango cozido com batata doce e cenoura Fruta (laranja)
LANCHE/TARDE 13:00)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (maçã)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (maçã)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (melancia)	Leite fórmula fase 2 ou Batata doce	Leite fórmula fase 2 Ou Fruta (banana)
JANTAR 15:00)	Sopa de macarrão c/ feijão, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho , ...)	Sopa de mandioca c/ carne e legumes (abobora, cenoura, batata, repolho, couve,...)	Polenta com molho de carne moída e colorau	Sopa de feijão com arroz, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho , ...)	Polenta c/ molho de carne moída e cenoura.

Observar se a crianças com restrições alimentares (leite e derivados, ovos, glúten..) servir o lanche separado
Atenção com a dosagem de sal e óleo nas preparações servidas. Não usar açúcar nas preparações do cardápio.

Evandro Sérgio Luprete
Nutricionista CRN/PR 3059

CARDÁPIO

Centro Municipal de Educação Infantil – (CMEI) - Atalaia – Período – Fevereiro 2022 a Setembro 2022

Berçário (07 a 11 meses) 3ª Semana

REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ (7:30)	Batata doce	Fruta (abacate)	Fruta (mamão)	Fruta (banana prata)	Bolo de aveia com banana e uva passas
ALMOÇO (10:00)	Arroz e caldo de feijão Carne cozida acém c/ batata e cenoura Couve picadinha Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Frango cozido c/ batata, cenoura, chuchu.. Repolho picadinho Fruta (maçã)	Arroz e caldo de feijão Ovo cozido Abobrinha refogada Alface picadinha Fruta (melancia)	Arroz e caldo de feijão Carne moída c/ mandioca e cenoura Tomate picadinho Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Carne moída com batata, quiabo, cenoura Beterraba picadinha
LANCHE/TARDE 13:00)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (mamão)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (banana nanica)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (banana prata)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (abacate)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (maçã)
JANTAR 15:00)	Sopa de mandioca c/ carne e legumes (abobora, cenoura, batata, repolho, couve,...)	Sopa de feijão com arroz, carne e legumes (chuchu, abobrinha, cenoura, batata doce)	Sopa de macarrão c/ feijão, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho , ...)	Polenta c/ molho de carne moída e cenoura.	Purê de batata c/ cenoura, molho de carne moída

**Observar se a crianças com restrições alimentares (leite e derivados, ovos, glúten..) servir o lanche separado
Atenção com a dosagem de sal e óleo nas preparações servidas. Não usar açúcar nas preparações do cardápio.**

*Evandro Sérgio Luprete
Nutricionista CRN/PR 3059*

CARDÁPIO

Centro Municipal de Educação Infantil – (CMEI) - Atalaia – Período – Fevereiro 2022 a Setembro 2022

Berçário (07 a 11 meses) 4ª Semana

REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ (7:30)	Fruta (maçã)	Fruta (banana nanica)	Fruta (melancia)	Fruta (banana prata)	Bolo de aveia com banana, maçã e canela.
ALMOÇO (10:00)	Arroz e caldo de feijão Carne cozida acém c/ batata Chuchu e tomate picadinhos Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Frango cozido com batata, cenoura, chuchu Alface picadinha Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Carne moída Purê de abobora Fruta (maçã)	Arroz e caldo de feijão Carne cozida acém c/ batata e cenoura Beterraba picadinha Fruta (laranja)	Arroz e caldo de feijão Frango cozido com batata, cenoura, chuchu Repolho picadinho Fruta (melancia)
LANCHE/TARDE (13:00)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (maçã)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (banana prata)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (abacate)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (maçã)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (banana nanica)
JANTAR (15:00)	Sopa de macarrão c/ feijão, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho , ...)	Polenta c/ molho de carne moída, tomate e colorau.	Sopa de feijão com arroz carne, legumes (cenoura, chuchu, abobrinha, batata doce,..)	Polenta com molho de frango	Sopa de mandioca com carne e legumes (chuchu, cenoura, batata doce, abobrinha, repolho,..)

Observar se a crianças com restrições alimentares (leite e derivados, ovos, glúten..) servir o lanche separado
Atenção com a dosagem de sal e óleo nas preparações servidas. Não usar açúcar nas preparações do cardápio.

Evandro Sérgio Luprete
Nutricionista CRN/PR 3059

CARDÁPIO

Centro Municipal de Educação Infantil – (CMEI) - Atalaia – Período – Fevereiro /2022 a Setembro 2022
Berçário (07 a 11 meses) 5ª Semana

REFEIÇÃO/DIA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ (7:30)	Fruta (banana nanica)	Fruta (maçã)	Manga	Fruta (banana nanica)	Fruta (mamão)
ALMOÇO (10:00)	Arroz e feijão Carne cozida acém c/ batata e cenoura Repolho picadinho Fruta (laranja)	Arroz e feijão Frango cozido c/ batata e cenoura Alface picadinha Fruta (laranja)	Arroz e feijão Carne moída c/ mandioca e cenoura Repolho picadinho Fruta (manga)	Arroz e feijão Frango cozido c/ batata doce Couve picadinha Fruta (laranja)	Sopa de macarrão c/ feijão, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho). Fruta (melancia)
LANCHE/TARDE 13:00)	Leite fórmula fase 2 ou Batata doce	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (Banana prata)	Leite fórmula fase 2 ou Fruta (Maçã)	Leite fórmula fase 2 ou Banana (nanica)	Leite fórmula fase 2 ou Banana (mamão)
JANTAR 15:00)	Sopa de macarrão c/ feijão, carne, legumes (abobora, cenoura, batata, repolho , ...)	Sopa de feijão com arroz carne, legumes (cenoura, chuchu, abobrinha, batata doce,..)	Polenta c/ molho de carne moída e cenoura.	Sopa de mandioca c/ carne e legumes (abobora, cenoura, batata, repolho, couve,..)	Canjiquinha com carne e legumes (cenoura, cebola)

Observar se a crianças com restrições alimentares (leite e derivados, ovos, glúten..) servir o lanche separado
Atenção com a dosagem de sal e óleo nas preparações servidas. Não usar açúcar nas preparações do cardápio.

Evandro Sérgio Luprete
Nutricionista CRN/PR 3059