

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

ABRIL/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 31	TERÇA-FEIRA 01	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 02		QUINTA-FEIRA 03		SEXTA-FEIRA 04	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne moída ao molho *Polenta cremosa *Repolho e cenoura *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Carne suína refogada *Farofa colorida *Repolho e tomate *Morango (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Tilápia assada/refogada *Batata com orégano *Alface e couve flor *Maçã (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne moída ao molho *Macarrão espaguete integral ao alho e óleo *Repolho, tomate e cenoura *Abacaxi (Sobremesa)		*Risoto colorido com peito de frango desfiado *Feijão preto *Omelete com legumes (forno) *Tomate com grão de bico *Salada de abobrinha *Manga (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Banana	*Maçã	*Morango		*Manga		*Abacaxi	
Jantar 15h30	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha e tomate) c/ coxa desfiada e macarrão	*Macarrão penne com carne moída e salada de alface bem fininha com tomate	*Canja de frango desfiado com cenoura, batata, abobrinha, couve flor e biju		*Quirera c/ carne suína desfiada e cenoura, salada de repolho *Feijão c/ bastante caldo		*Arroz bem ensopado com carne moída e cenoura *Feijão bastante caldo	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	475 kcal	67 g	16 g	17 g	162 mg	3 mg	45 mcg	55 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

INTOLERÂNCIA À LACTOSE									
BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			ABRIL/2025						
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11				
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços				
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com carne suína *Tomate, cenoura e repolho *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão parafuso com coxa ao molho *Alface e beterraba cozida *Melancia (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne suína *Milho verde refogado *Tomate e brócolis *Laranja bahia (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne moída com molho *Batata doce *Tomate e cenoura cozida *Maçã (Sobremesa)	*Risoto colorido com frango *Feijão preto *Maionese de batata (leite SL) *MIX: Repolho, couve, tomate e cenoura *Morango (Sobremesa)				
Lanche 13h	*Morango	*Banana	*Melancia	*Laranja	*Maçã				
Jantar 15h30	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Carreteiro colorido com carne moída e salada de tomate	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha e tomate) com frango e macarrão cabelo de anjo	*Polenta cremosa com peixe ensopado e salada de alface picada e tomate	*Sopa de legumes/feijão (batata, cenoura, abobrinha e tomate) com frango e macarrão cabelo de anjo				
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	
	475,8 kcal	68 g	17 g	17 g	203 mg	5 mg	93 mcg	70 mg	
	CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR								

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

INTOLERÂNCIA À LACTOSE									
BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			ABRIL/2025						
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 16		QUINTA-FEIRA 17		SEXTA-FEIRA 18		
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços		RECESSO <				

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

ABRIL/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23		QUINTA-FEIRA 24		SEXTA-FEIRA 25	
Café da manhã 07h45min	FERIADO	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços	
Almoço 10h30min	FERIADO	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina acebolada *Farofa colorida com ovo *Tomate e brócolis *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Coxa ao molho *Batata doce *Alface e couve-flor *Ameixa (Sobremesa)		*Arroz integral *Feijão preto *Macarrão caseiro com carne moída ao molho *Beterraba e brócolis *Morango (Sobremesa)		*Risoto colorido c/ peito de frango *Feijão preto *Purê de batata *Tomate c/ grão-de-bico e cenoura *Mamão (Sobremesa)	
Lanche 13h	FERIADO	*Ameixa	*Morango		*Manga		*Maçã	
Jantar 15h30	FERIADO	*Risoto colorido com frango e feijão (bastante caldo) e salada de couve-flor	*Creme de mandioca com carne bovina desfiada e brócolis		*Polenta com carne moída ao molho e salada de repolho com cenoura		*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha e tomate) c/ coxa desfiada e macarrão	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	475,2 kcal	70 g	17 g	16 g	200 mg	5 mg	117 mcg	87 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

ABRIL/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30		QUINTA-FEIRA 01		SEXTA-FEIRA 02	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica S/L (180ml) *Maçã em pedaços	CONSELHO DE CLASSE		FERIADO		RECESSO	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Peito desfiado com molho *Polenta *MIX: Tomate, cenoura e acelga *Melão (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Carne em cubos ao molho *Macarrão espaguete *Repolho e beterraba cozida *Banana (Sobremesa)	CONSELHO DE CLASSE		FERIADO		RECESSO	
Lanche 13h	*Banana	*Melão	CONSELHO DE CLASSE		FERIADO		RECESSO	
Jantar 15h00	*Canja com carne bovina desfiada com cenoura, batata, abobrinha, couve flor e biju	*Quirera com peito desfiado e cenoura	CONSELHO DE CLASSE		FERIADO		RECESSO	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	474,4 kcal	69 g	18 g	16 g	198mg	5 mg	51 mcg	92 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

Vanessa Pan
Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS