

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)

JULHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 30	TERÇA-FEIRA 01	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 02	QUINTA-FEIRA 03	SEXTA-FEIRA 04			
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão de legumes com ovo mexido	*Leite vegetal batido com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce sem açúcar	*Iogurte vegetal *Banana em pedaços *Pão de legumes com doce de fruta s/ açúcar	*Chá de hortelã s/ açúcar *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce sem açúcar	*Iogurte vegetal com cereal matinal *Banana em pedaços *Cookie			
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne moída ao molho *Mandioca cozida *Repolho e cenoura *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Macarrão espaguete integral com frango desfiado ao molho *Alface e tomate *Maçã (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Tilápia ensopada/refogada *Polenta cremosa *Brócolis e couve-flor (orgânicos) *Ponkan (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne suína refogada *Batata doce assada *Beterraba, tomate e cenoura *Melão (Sobremesa)	*Risoto colorido com peito de frango desfiado *Feijão preto *Mix: repolho, cenoura, espinafre e tomate com grão de bico *Manga (Sobremesa)			
Lanche 13h	*Maçã	*Ponkan	*Banana	*Manga	*Melão			
Jantar 15h30min	*Sopa de feijão (batata inglesa, batata salsa, cenoura, abobrinha e repolho) com carne bovina e macarrão	*Quirera c/ carne suína desfiada e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo	*Macarrão penne com carne moída e salada de alface bem fininha com tomate	*Sopa de legumes (batata, batata salsa, cenoura, abobrinha, couve flor e tomate) c/ peito desfiado e macarrão	*Arroz bem ensopado com carne moída e cenoura *Feijão com bastante caldo			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 25% do VET 18g à 27g	LPD (g) 20% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	kcal	g	g	g	mg	mg	mcg	mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por torta salgada e bolo sem açúcar com suco podendo escolher qual dia será feito a troca.

*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

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)

JULHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	FESTA JUNINA QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11			
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão de legumes com ovo mexido	*Leite vegetal batido com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce sem açúcar	*Iogurte vegetal *Banana em pedaços *Pão de legumes com patê de frango ou peixe sem leite e derivados	RECESSO	RECESSO			
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne bovina ao molho de tomate *Farofa colorida c/ espinafre *Repolho com beterraba *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão parafuso com carne moída ao molho *Cenoura e tomate *Laranja (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa sobrecoxa assada *Maionese de batata (sem leite ou c/ leite vegetal) *Repolho e cenoura *Kiwi (Sobremesa)	RECESSO	RECESSO			
Lanche 13h	*Kiwi	*Banana	*Laranja	RECESSO	RECESSO			
Jantar 15h30min	*Sopa de legumes (batata inglesa, batata salsa, cenoura e abobrinha) frango e macarrão	*Polenta cremosa com frango desfiado e salada de tomate	*Pastel de carne moída c/ cenoura, milho e ervilha *Bolo de fubá s/ açúcar ou paçoca s/ açúcar *Quentão (suco de uva)	RECESSO	RECESSO			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g g	PTN (g) 10% à 25% do VET 18g à 27g g	LPD (g) 20% à 35% do VET 20g à 28g g	Ca (mg) mg	Fe (mg) mg	Vit A (mcg) mcg	Vit C (mg) mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por bolo s/ açúcar + suco e torta salgada com legumes + suco, podendo escolher qual dia será feito a troca.

*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

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)		JULHO/2025						
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 30		QUINTA-FEIRA 31		SEXTA-FEIRA 01	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão de legumes com ovo mexido	*Leite vegetal batido com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce sem açúcar	*Iogurte vegetal *Banana em pedaços *Pão de legumes com patê de frango ou peixe sem leite e derivados		*Chá de hortelã s/ açúcar *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce sem açúcar		*Iogurte vegetal com cereal matinal *Banana em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne moída ao molho *Batata doce *Repolho roxo e cenoura *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Quirera com carne bovina em cubos *Alface e beterraba *Morango (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Macarronada caseira com peito de frango *Alface e repolho orgânicos *Abacaxi (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina refogada *Guisado de abóbora *Couve-flor e brócolis *Maçã (Sobremesa)		*Risoto colorido com frango *Feijão preto *Maionese de mandioca (sem leite ou c/ leite vegetal) *Tomate, cenoura, repolho e couve *Pera (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Mamão	*Abacaxi	*Maçã		*Morango		*Banana	
Jantar 15h30min	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Polenta cremosa com carne bovina ao molho e salada de alface picada e tomate	*Sopa de legumes (batata inglesa, batata salsa, cenoura, abobrinha e tomate) frango e macarrão		*Carreteiro colorido com carne moída e salada de tomate		*Sopa de lentilha e feijão (batata inglesa, batata salsa, cenoura e abobrinha) com carne bovina e macarrão	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 25% do VET 18g à 27g	LPD (g) 20% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	kcal	g	g	g	mg	mg	mcg	mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por quibe+suco e pão de queijo+mousse ou suco, podendo escolher qual dia será feito a troca.

****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