

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



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

JUNHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 02	TERÇA-FEIRA 03	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 04		QUINTA-FEIRA 05		SEXTA-FEIRA 06	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão de legumes com ovo mexido	*Leite SL c/ uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana em pedaços *Pão de legumes com doce de fruta s/ açúcar		*Chá de cidreira s/ açúcar *Maçã em pedaços *Pão de legumes c/ requeijão SL		*Iogurte SL com cereal matinal *Banana em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Peito de frango desfiado ao molho *Polenta cremosa *Repolho e cenoura *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Carne suína refogada *Mandioca cozida *Alface e tomate *Maçã (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Tilápia ensopada/refogada *Batata doce cozida *Brócolis e couve-flor (orgânicos) *Ponkan (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão parafuso integral com carne moída ao molho *Beterraba, tomate e cenoura *Melão (Sobremesa)		*Risoto colorido com peito de frango desfiado *Feijão preto *Couve-flor e tomate com grão de bico *Manga (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Maçã	*Ponkan	*Banana		*Manga		*Melão	
Jantar 15h30min	Sopa de feijão (batata, cenoura, abobrinha e tomate) com carne bovina e macarrão	*Macarrão espaguete com carne moída e salada de alface bem fininha com tomate	*Sopa de legumes (batata, cenoura, abobrinha, couve flor e tomate) c/ peito desfiado e macarrão		*Quirera c/ carne suína desfiada e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo		*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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



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

JUNHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 09	TERÇA-FEIRA 10	QUARTA-FEIRA 11		QUINTA-FEIRA 12		SEXTA-FEIRA 13	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão de legumes com ovo mexido	*Leite SL c/ uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana em pedaços *Pão de legumes com patê de frango ou peixe		*Chá de cidreira s/ açúcar *Maçã em pedaços *Pão de legumes c/ requeijão SL		*Iogurte SL com cereal matinal *Banana em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com carne suína *Repolho com cenoura e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão espaguete com carne moída com molho *Alface e couve-flor *Laranja (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Tilápia assada *Farofa colorida c/ espinafre *Cenoura repolho roxo *Kiwi (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne suína *Milho verde refogado *Brócolis e couve-flor *Ponkan (Sobremesa)		*Risoto colorido com frango *Feijão preto *Maionese de batata (sem leite ou com leite SL) *Repolho roxo e tomate *Abacaxi (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Ponkan	*Banana	*Laranja		*Abacaxi		*Kiwi	
Jantar 15h30min	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha e tomate) frango e macarrão	*Polenta cremosa com peixe ensopado e salada de alface picada e tomate	*Carreteiro colorido com carne moída e salada de tomate		*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho		*Caldo de mandioca com carne suína e legumes	
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 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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



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

JUNHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 16	TERÇA-FEIRA 17	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 18		QUINTA-FEIRA 19		SEXTA-FEIRA 20	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão de legumes com ovo mexido	*Leite SL c/ uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana em pedaços *Pão de legumes com doce de fruta s/ açúcar		FERIADO		RECESSO	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Coxa ao molho *Polenta cremosa *Repolho roxo com cenoura *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco e Lentilha *Estrogonofe de carne bovina (creme de leite SL) *Purê de batata (leite SL, sem manteiga) *Repolho e tomate *Laranja (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Macarrão caseiro com carne moída *Cenoura e tomate *Melão (Sobremesa)		FERIADO		RECESSO	
Lanche 13h	*Melão	*Banana	*Laranja		FERIADO		RECESSO	
Jantar 15h30min	*Risoto colorido com frango e salada de cenoura cozida.	*Macarrão parafuso com carne moída e salada de repolho bem fininho com tomate	*Sopa de legumes (batata, cenoura, couve flor e abobrinha) c/ peito desfiado e macarrão		FERIADO		RECESSO	
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	g	mcg	mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeição do Jantar podem ser trocadas por esfirra e suco e bolo sem açúcar, 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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE



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

JUNHO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 23	TERÇA-FEIRA 24	QUARTA-FEIRA 25		QUINTA-FEIRA 26		SEXTA-FEIRA 27	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva s/ açúcar *Banana em pedaços *Pão de legumes com ovo mexido	*Leite SL c/ uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão SL	*Iogurte SL *Banana em pedaços *Pão de legumes com patê de frango ou peixe		*Chá de cidreira s/ açúcar *Maçã em pedaços *Pão de legumes c/ requeijão SL		*Iogurte SL com cereal matinal *Banana em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Escondidinho de mandioca com carne moída (sem queijo) *Repolho, couve e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Quirera com carne bovina em cubos *Couve-flor e alface *Morango (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Coxa ao molho *Batata doce *Cenoura e brócolis *Abacaxi (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina acebolada *Farofa colorida c/ couve *Beterraba *Maçã (Sobremesa)		*Risoto colorido com frango *Feijão preto *Maionese de batata (sem leite ou com leite SL) *Tomate c/ grão-de-bico e repolho roxo *Mamão (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, cenoura, brócolis, abobrinha, chuchu e tomate) frango e macarrão		*Carreteiro colorido com carne moída e salada de tomate		*Sopa de lentilha e feijão (batata, cenoura, abobrinha e tomate) 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.

Vanessa Pini
Nutricionista da Alimentação Escolar
CRN: 09800

*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