

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV								
BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			OUTUBRO/2025					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 01		QUINTA-FEIRA 02		SEXTA-FEIRA 03	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Coxa ao molho *Polenta cremosa *Repolho e cenoura *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Batata com carne moída ao molho *Alface e tomate *Laranja (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Peito desfiado com molho *Macarrão caseiro *Couve-flor e brócolis orgânicos *Pera (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne suína refogada *Mandioca *Beterraba e tomate *Melão (Sobremesa)		*Risoto colorido com peito de frango desfiado *Feijão preto *MIX: Repolho, cenoura, couve e tomate *Manga (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Laranja	*Pera	*Banana		*Manga		*Melão	
Jantar 15h30	*Macarrão parafuso integral com carne moída e salada de alface bem fininha com tomate	*Quirera c/ carne suína desfiada e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo	*Sopa de lentilha/feijão (batata, batata salsa, abobrinha, cenoura) c/ coxa e macarrão		*Arroz bem ensopado com carne moída e cenoura *Feijão com bastante caldo		*Sopa de legumes (batata salsa, batata, cenoura, couve-flor e tomate) c/ peito desfiado 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)
	474,8 kcal	68 g	16 g	17 g	165 mg	5 mg	96 mcg	68 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

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV



BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

OUTUBRO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08		QUINTA-FEIRA 09		SEXTA-FEIRA 10	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com carne suína *Tomate e repolho *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão espaguete integral com carne moída *Alface e tomate com grão-de-bico *Melancia (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne suína *Farofa c/ espinafre *Alface e cenoura *Kiwi (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Coxa refogada *Batata doce *Brócolis e Couve-flor *Maçã (Sobremesa)		*Risoto colorido com frango *Feijão preto *Maionese/purê de batata (sem leite/queijo ou leite vegetal) *MIX: tomate e repolho roxo *Abacaxi (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Kiwi	*Banana	*Melancia		*Abacaxi		*Manga	
Jantar 15h30	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha, couve-flor, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão	*Polenta cremosa com coxa ao molho e salada de alface picada e tomate		*Caldo de mandioca com carne suína e legumes		*Macarrão penne com carne moída e salada de tomate	
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 kcal	70 g	15 g	16 g	190 mg	4 mg	146 mcg	80 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

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV								
BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			OUTUBRO/2025					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 13	TERÇA-FEIRA 14	QUARTA-FEIRA 15	QUINTA-FEIRA 16	SEXTA-FEIRA 17			
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços	FERIADO	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços			
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Tilápia refogada *Polenta cremosa *Tomate e cenoura *Uva (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Escondidinho de mandioca com carne moída *Couve-flor e brócolis *Banana (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão parafuso com coxa ao molho *Beterraba e alface *Manga (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão preto *Strogonoff c/ carne bovina (usar leite vegetal e amido) *Batata com orégano *MIX: Repolho, couve, tomate e cenoura *Pera (Sobremesa)			
Lanche 13h	*Banana	*Maçã	FERIADO	*Pera	*Uva			
Jantar 15h30	*Macarrão espaguete com frango ao molho e salada de alface bem fininha com tomate	*Arroz bem ensopado com carne moída e cenoura *Feijão com bastante caldo	FERIADO	*Sopa de lentilha/feijão (batata inglesa, batata salsa, batata doce, cenoura, abobrinha) c/ coxa e macarrão	*Quirera c/ carne suína desfiada e cenoura com salada de repolho			
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)
	475,5 kcal	72 g	16 g	15 g	202 mg	6 mg	98 mcg	76 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

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV



BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

OUTUBRO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 22		QUINTA-FEIRA 23		SEXTA-FEIRA 24	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com peito de frango em cubos *Repolho e tomate *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Panqueca sem leite (massa de beterraba/ cenoura) com carne moída *Brócolis e couve flor *Abacaxi (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Macarronada caseira com peito de frango *Alface e repolho orgânicos *Laranja (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina refogada *Batata doce assada/cozida *Repolho roxo e alface *Maçã (Sobremesa)		*Risoto colorido com frango *Feijão preto *Maionese/purê de batata (usar leite vegetal) *Tomate e repolho com cenoura *Melancia (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Maçã	*Banana	*Abacaxi		*Melancia		*Mamão	
Jantar 15h30	*Caldo de mandioca com carne suína e legumes	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Polenta cremosa com coxa ao molho e salada de alface picada e tomate		*Macarrão parafuso com carne moída e salada de tomate		*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha, couve-flor, batata salsa e tomate) frango 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)
	475,6 kcal	71 g	17 g	15 g	230 mg	6 mg	114 mcg	94 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

ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - APLV



BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

OUTUBRO/2025

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29		QUINTA-FEIRA 30		SEXTA-FEIRA 31	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica de soja (180ml) *Maçã em pedaços	*Iogurte *Banana em pedaços *Pão de legumes com patê de frango ou peixe		*Leite com maçã (aquecido) *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão		*Iogurte com cereal matinal *Banana em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne suína *Farofa colorida *Tomate e alface *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão espaguete com carne moída *Repolho e beterraba cozida *Morango (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Tilápia assada *Batata com orégano *Alface e couve-flor *Ameixa (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina ao molho *Legumes refogados (Cenoura, Abobrinha e batata salsa) *Repolho e beterraba cozida *Manga (Sobremesa)		*Risoto colorido com coxa *Feijão preto *MIX: Repolho, cenoura, couve e tomate *Maçã (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Banana	*Ameixa	*Morango		*Maçã		*Manga	
Jantar 15h00	*Canja com carne bovina desfiada com cenoura, batata, abobrinha, couve-flor e biju	*Quirera com peito desfiado e cenoura	*Arroz bem ensopado com carne moída e cenoura *Feijão com bastante caldo		*Polenta cremosa com coxa ao molho e salada de alface picada e tomate		*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha, couve-flor, batata salsa e tomate) frango 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)
	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: 99800

*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