

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR						
Cardápio:	CEIs		Zona:	Urbana e Rural		
Faixa Etária	3 a 6 anos					
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO - INTOLERANTE À LACTOSE				1ª semana
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	
Lanche Matutino: 9h30 Lanche Vespertino: 15h00	- Pão de cachorro quente integral com molho de carne moída e hortaliças (cebola, couve, tomate, cenoura, brócolis, espinafre, chuchu, ora-pro-nóbis e biomassa de banana verde)	- Sopa de lombo com macarrão alfabeto e hortaliças (batata, cenoura, chuchu, couve folha, espinafre, moranga, aipim, ora-pro-nóbis)	- Bolo de aipim com coco da Rose (aipim, ovo, óleo, açúcar, coco e fermento) JUNHO - Bolo de Batata doce da Custódia (Batata doce, ovo, óleo, açúcar, aveia, farinha de trigo branca e integral e fermento) JULHO - Bolo de cenoura sem glúten (cenoura, ovo, óleo, açúcar, aveia, farinha de arroz, polvilho) AGOSTO - Bolo de fubá com laranja (ovo, açúcar, farinha de milho e trigo, óleo) SETEMBRO	- Empadão de moranga com frango e hortaliças (moranga, farinha de aveia, farinha de trigo, Frango, cebola, cenoura, brócolis, abobrinha)	- Pão caseiro integral de moranga com patê de frango (moranga, farinha de trigo branca, integral, de aveia, ovo, óleo, fermento. Frango refogado desfiado, biomassa de banana verde ou requeijão de aipim, sal, limão e temperos)	
	- Água saborizada com maçã, limão e hortelã OU Chá com casca de abacaxi, maçã, cravo e canela em casca		- Leite ZERO LACTOSE quente com canela e banana madura (sem açúcar)	- Suco de uva orgânico sem açúcar (2 partes de suco e 1 parte de água)	- Vitamina de morango com banana E LEITE ZERO LACTOSE OU LEITE ZERO LACTOSE quente com morango e banana sem açúcar	
	- Batata doce assada em palito com azeite de oliva, sal, açafrão e alecrim - Banana orgânica	- Maçã	- Laranja umbigo	- Batata doce cozida - Mamão	- Manga	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)		
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET		
		54g	11g	7g		
		67%	14%	19%		
RUBIA CUNHA DE SOUZA RAUPP - CRN10 0749		GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226				
OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS						

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Cardápio:	CEIs		Zona:	Urbana e Rural	
Faixa Etária	3 a 6 anos				
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO - INTOLERANTE À LACTOSE			2ª semana
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche Matutino: 9h30 					

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	326kcal	54g	10g	8g
		65%	13%	22%

Rubia Cunha

GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226

OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Cardápio:	CEIs		Zona:	Urbana e Rural	
Faixa Etária	3 a 6 anos				
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO - INTOLERANTE À LACTOSE			3ª semana
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche Matutino: 9h30 <					

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DE IÇARA - CARDÁPIO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Cardápio:	CEIs		Zona:		Urbana e Rural
Faixa Etária	3 a 6 anos				
Período	Parcial	CARDÁPIO MÊS DE JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO - INTOLERANTE À LACTOSE			4ª semana
Refeição/ Hora	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche Matutino: 9h30	- Pão francês com molho de lombo e hortaliças (cebola, tomate, cenoura, couve, espinafre, brócolis, abobrinha e ora-pro-nóbis)	- Minestra com arroz e lombo suíno moído (cozinhar o feijão com moranga e chuchu. Bater tudo. Refogar a carne, juntar o feijão batido e o arroz para cozinhar)	- Biscoito caseiro integral da Agricultura Familiar SEM MANTEIGA - Batata doce assada em palito com sal, alecrim e azeite de oliva	- Empadão de carne moída com hortaliças (farinha branca e integral, ovo, óleo, sal, fermento. Carne, cenoura, cebola, tomate, espinafre, milho, ora-pro-nóbis, tempero verde)	- Pão integral com chia e recheio de frango (farinha de trigo branca e integral, farinha de aveia, ovo, óleo, chia, fermento, frango, tomate, cebola)
	- Água saborizada com abacaxi, limão e hortelã OU Chá com casca de abacaxi, maçã, cravo e canela em casca	- Salada de repolho com gergelim, azeite de oliva e limão	- Leite ZERO LACTOSE quente com banana madura caramelizada e canela (sem açúcar)	- Suco fanta (limão, cenoura, casca de laranja crava orgânica)	- Smoothie de banana com beterraba E LEITE ZERO LACTOSE (morango, banana, beterraba, aveia em flocos) OU Leite ZERO LACTOSE quente com cacau e banana
	- Batata doce cozida ou assada - Banana	- Laranja umbigo	- Maçã	- Laranja crava orgânica	- Frutas picadas (abacaxi, manga, banana, laranja, maçã)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	323 kcal	51g	11g	9g	
		63%	14%	26%	
 RUBIA CUNHA DE SOUZA RAUPP - CRN10 0749  GABRIELA GOUDINHO DA SILVA BORGES – CRN10 7226 OBS: O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES EM FUNÇÃO DO RECEBIMENTO DE ALIMENTOS					