



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO CIMEI – PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL (2 A 3 ANOS)

Maio 2023								
1ª SEMANA	2ª FEIRA 01/05	3ª FEIRA 02/05	4ª FEIRA 03/05	5ª FEIRA 04/05	6ª FEIRA 05/05			
Café da manhã	Feriado	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço		Arroz, Feijão, Omelete com abobrinha Salada	Arroz, Feijão, Carne de panela com mandioca Salada	Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada	Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada			
Lanche da tarde		Vitamina de leite com fruta Biscoito salgado	Sagu de uva	Milk shake Bolacha salgada	Bolo de cenoura Leite			
Jantar		Sopa de feijão com macarrão	Macarrão com frango	Sopa creme	Pão com carne Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	902 kcal	123g/ 55%	37g/ 17%	29g/ 28%	190,5 mcg	54,7 mg	407 mg	4,88 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Maio 2023								
2ª SEMANA	2ª FEIRA 08/05	3ª FEIRA 09/05	4ª FEIRA 10/05	5ª FEIRA 11/05	6ª FEIRA 12/05			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	Arroz, Feijão Ovo mexido com tomate Salada	Arroz, Feijão Carne moída com molho de tomate Salada	Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada	Arroz, Feijão, Carne iscas com legumes, Salada	Arroz, Feijão, Frango cubos no molho, Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com maçã Biscoito	Torta de legumes Suco	Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito	Arroz doce com maçã	Melancia Biscoito			
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Polenta com carne	Sopa de legumes com carne	Arroz com brocolis Purê Carne iscas	Pão com frango Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	830,8 kcal	109g/ 55%	36g/ 16%	28g/ 29%	177 mcg	63 mg	366 mg	4 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Maio 2023

3ª SEMANA	2ª FEIRA 15/05	3ª FEIRA 16/05	4ª FEIRA 17/05	5ª FEIRA 18/05	6ª FEIRA 19/05			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada	Arroz, Feijão Frango cubos acebolado Salada	Arroz, Feijão, Peixe, Salada	Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada	Arroz, Feijão Carne de panela Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito salgado	Bolo de cenoura Leite	Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito	Sagu de uva	Canjica			
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Macarrão com frango	Sopa creme	Canja	Pão com carne desfiada Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	891,2 kcal	117g/ 53%	36,5g/ 16,3%	30g/ 30%	219 mcg	48,7 mg	466 mg	4,14 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Maio 2023

4ª SEMANA	2ª FEIRA 22/05	3ª FEIRA 23/05	4ª FEIRA 24/05	5ª FEIRA 25/05	6ª FEIRA 26/05			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	Arroz, Feijão Farofa de ovos Salada	Arroz, Feijão, Carne suína cebolada, Salada	Arroz, Feijão Frango em cubos no molho Salada	Arroz, Feijão. Carne moída com batata, Salada	Arroz, Feijão, Frango iscas grelhado, Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com maçã Biscoito	Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito	Torta de frango Suco	Arroz doce	Bolo de maçã ou banana Leite			
Jantar	Sopa de feijão com legumes e macarrão	Escondidinho de carne Salada	Sopa creme	Macarrão com carne	Pão com frango Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A	VITAMINA C	CÁLCIO	FERRO
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	902 kcal	123g/ 55%	37g/ 17%	29g/ 28%	190,5 mcg	54,7 mg	407 mg	4,88 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. João Girardelli, 500 - Centro.

Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

5ª SEMANA	2ª FEIRA 29/05	3ª FEIRA 30/05	4ª FEIRA 31/05	5ª FEIRA 01/06	6ª FEIRA 02/06			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	Arroz, Feijão Frango iscas grelhado Salada	Arroz, Feijão, Omelete com abobrinha Salada	Arroz, Feijão preto com carne, Farofa, Salada	Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada	Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito salgado	Sagu de uva	Milk shake Bolacha salgada	Bolo de cenoura Leite	Canjica			
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Macarrão com frango	Sopa de legumes com carne e macarrão	Canja	Pão com carne Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	902 kcal	123g/ 55%	37g/ 17%	29g/ 28%	190,5 mcg	54,7 mg	407 mg	4,88 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.