



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

AGOSTO 2023								
1ª SEMANA	2ª FEIRA 07/08	3ª FEIRA 08/08	4ª FEIRA 09/08	5ª FEIRA 10/08	6ª FEIRA 11/08			
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 Salada	Arroz, Feijão, Frango de panela Salada	Arroz, Feijão tropeiro MOLE (feijão, carne suína cubos, farinha de milho e couve picada), Salada	Arroz, Feijão Frango em cubos no molho Salada	Arroz Feijão Carne de panela com legumes Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito salgado	Arroz doce com maçã	Milk shake Crepioça salgada	Vitamina de leite com banana biscoito	Bolo de cenoura			
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Macarrão com frango	Arroz, Feijão Tropeiro	Sopa creme	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				
	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.



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Agosto 2023								
2ª SEMANA	2ª FEIRA 14/08	3ª FEIRA 15/08	4ª FEIRA 16/08	5ª FEIRA 17/08	6ª FEIRA 18/08			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	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 e cenoura Salada	Arroz, Feijão Carne de panela com mandioca Salada	Arroz, Feijão, Iscas de frango com mandioquinha (frango, mandioquinha, molho de tomate e cheiro-verde) Salada	Arroz, Feijão, Polenta com carne, Salada	Arroz, Feijão, Frango cubos no molho, Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com maçã Biscoito	Milk Shake Biscoito	Torta de legumes Suco	Canjica		Melancia Biscoito		
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Arroz, Feijão Carne de panela com mandioca Salada	Sopa de legumes com carne	Polenta 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)
	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.

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

Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164



Agosto 2023

Agosto 2023

5ª SEMANA	21/08	22/08	23/08	24/08	25/08			
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 Estrogonofe de frango (frango, tomate, molho branco conforme receita) Salada	Arroz, Feijão Omelete de forno (ovo, tomate, cenoura ralada e cheiro verde) Salada	Arroz, Feijão Carne moída Salada	Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Arroz, Feijão Carne com legumes Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito salgado	Arroz doce	Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito	Bolo de banana Leite	Sagu de uva			
Jantar	Arroz, Feijão Estrogonofe de frango (frango, tomate, molho branco conforme receita) Salada	Sopa de feijão	Macarrão com carne	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	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	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

4ª SEMANA	2ª FEIRA 28/08	3ª FEIRA 29/08	4ª FEIRA 30/08	5ª FEIRA 31/08	6ª FEIRA 01/09			
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	Risoto de frango (arroz, frango cubos, molho, milho, ervilha, cheiro verde) Feijão Salada	Arroz, Feijão, Carne moída com legumes (cenoura, vagem e abobrinha), Salada	Arroz, Feijão, peixe assado ou cozido (caçã, batata tomate e pimentão) Salada	Arroz, Feijão, Frango iscas grelhado , Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com maçã Biscoito	Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito	Melancia Biscoito	Arroz doce com maçã	Bolo de maçã Leite			
Jantar	Sopa de feijão com legumes e macarrão	Risoto de frango (arroz, frango cubos, molho, milho, ervilha, cheiro verde) Feijão Salada	Macarrão com carne	Sopa creme	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				
	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