



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ
CARDÁPIO ESCOLAR - FEVEREIRO 2024
CMEI Mundo Encantado - Ensino pré-escola 4 anos - Período: vespertino



Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	05	06	07	08	09
Lanche da tarde 13:30 H	Melão	Uva	Melancia	Banana	Mamão
Lanche da tarde 15:45	Carreteiro Salada de acelga	Polenta à bolonhesa Salada de repolho Cenoura cozida	Pão francês com carne moída Suco de uva integral	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface e pepino	iogurte natural batido com banana e mamão Bolo de maçã sem açúcar
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	12	13	14	15	16
Lanche da tarde 13:30 H	Recesso	Feriado	Recesso	Banana	Maçã
Lanche da tarde 15:45				Panqueca de banana Leite batido com maçã e cacau	Suco de uva integral Pão francês com carne moída Tomate
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	19	20	21	22	23
Lanche da tarde 13:30 H	Melão	Uva	Melancia	Banana	Mamão
Lanche da tarde 15:45	Carreteiro Salada de acelga	Polenta à bolonhesa Salada de repolho Cenoura cozida	Pão francês com carne moída Suco de uva integral	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface e pepino	iogurte natural batido com banana e mamão Bolo de maçã sem açúcar
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	26	27	28	29	01/03
Lanche da tarde 13:30 H	Maçã	Abacaxi	Banana	Mamão	Laranja
Lanche da tarde 15:45	Panqueca de carne moída Cenoura cozida	Macarrão com molho de frango Salada de alface Beterraba cozida	Suco de uva integral Bolo de maçã sem açúcar	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de alface	Mandioca cozida Peito de frango em molho Salada de repolho Couve manteiga refogada
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

OBS: não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ

CARDÁPIO ESCOLAR - FEVEREIRO 2024

CMEI Mundo Encantado - Pré-escola 4 e 5 anos - Período: matutino



Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	05	06	07	08	09
Café da manhã 07:45 H	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Melão	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Uva	logurte natural batido com morango Pão francês com manteiga e queijo colonial Banana	Leite puro ou batido com cacau Pão caseiro sem açúcar com manteiga Mamão	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com manteiga Melancia
Lanche da manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Torta salgada de legumes com carne Suco de uva integral	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Macarrão com molho de peito de frango Salada de beterraba cozida
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	12	13	14	15	16
Café da manhã 07:45 H	Recesso	Feriado	Recesso	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Maçã	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com manteiga e queijo colonial Banana
Lanche da manhã 09:30 H				Mandioca cozida Carne moída em molho Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de tomate
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	19	20	21	22	23
Café da manhã 07:45 H	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Melão	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Uva	logurte natural batido com morango Pão francês com manteiga e queijo colonial Banana	Leite puro ou batido com cacau Pão caseiro sem açúcar com manteiga Mamão	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com manteiga Melancia
Lanche da manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Torta salgada de legumes com carne Suco de uva integral	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Macarrão com molho de peito de frango Salada de beterraba cozida
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	26	27	28	29	01/03
Café da manhã 07:45 H	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Maçã	Suco de uva integral Bolo de chocolate sem açúcar Banana	Leite batido com banana e cacau Pão francês com manteiga e queijo colonial Abacaxi	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Laranja	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão caseiro sem açúcar com patê de frango Mamão
Lanche da manhã 09:30 H	Mandioca cozida Carne moída em molho Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de alface	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	Risoto de frango com legumes Salada de acelga	Polenta com molho de frango Salada de tomate Beterraba cozida
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

OBS: não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



CARDÁPIO ESCOLAR - FEVEREIRO 2024

CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integral

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	05	06	07	08	09
Café da manhã 07:45 H	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Melão	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Uva	logurte natural batido com morango Pão francês com manteiga e queijo colonial Banana	Leite puro ou batido com cacau Pão caseiro sem açúcar com manteiga Mamão	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com manteiga Melancia
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Torta salgada de legumes com carne Suco de uva integral	Carreiteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Macarrão com molho de peito de frango Salada de beterraba cozida
Almoço 11:30 H	Arroz cozido Feijão preto cozido Picadinho de carne em molho Salada de tomate	Macarrão à bolonhesa Abobrinha refogada	Arroz cozido Lentilha cozida Peito de frango em molho Salada de beterraba cozida	Risoto de frango Salada de repolho com cenoura ralada	Arroz cozido Feijão preto cozido Coxinha de asa assada Salada de tomate
Lanche tarde 13:30 H	Melão	Uva	Melancia	Banana	Mamão
Janta 15:45	Carreiteiro Salada de acelga	Polenta à bolonhesa Salada de repolho Cenoura cozida	Pão francês com carne moída Suco de uva integral	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface e pepino	logurte natural batido com banana e mamão Bolo de maçã sem açúcar
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	12	13	14	15	16
Café da manhã 07:45 H	Recesso	Feriado	Recesso	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Maçã	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com manteiga e queijo colonial Banana
Lanche manhã 09:30 H				Mandioca cozida Carne moída em molho Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de tomate
Almoço 11:30 H				Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de tomate	Molho de carne moída com batata Arroz cozido Salada de repolho
Lanche tarde 13:30 H				Banana	Maçã
Janta 15:45				Panqueca de banana Leite batido com maçã e cacau	Suco de uva integral Pão francês com carne moída Tomate
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
OBS: não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.					
Consistência das preparações:					
* Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;					
* Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;					
* Macarrão: cozido, macio e úmido;					
* Polenta: bem cozida, lisa e úmida;					
* Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;					
* Frutas: Ser oferecidas em pedaços pequenos;					
* Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;					
* Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos.					
* Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados.					
* Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).					
Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE					



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



CARDÁPIO ESCOLAR - FEVEREIRO 2024

CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integral

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	19	20	21	22	23
Café da manhã 07:45 H	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Melão	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Uva	iogurte natural batido com morango Pão francês com manteiga e queijo colonial Banana	Leite puro ou batido com cacau Pão caseiro sem açúcar com manteiga Mamão	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com manteiga Melancia
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Torta salgada de legumes com carne Suco de uva integral	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Macarrão com molho de peito de frango Salada de beterraba cozida
Almoço 11:30 H	Arroz cozido Feijão preto cozido Picadinho de carne em molho Salada de tomate	Macarrão à bolonhesa Abobrinha refogada	Arroz cozido Lentilha cozida Peito de frango em molho Salada de beterraba cozida	Risoto de frango Salada de repolho com cenoura ralada	Arroz cozido Feijão preto cozido Coxinha de asa assada Salada de tomate
Lanche tarde 13:30 H	Melão	Uva	Melancia	Banana	Mamão
Janta 15:45	Carreteiro Salada de acelga	Polenta à bolonhesa Salada de repolho Cenoura cozida	Pão francês com carne moída Suco de uva integral	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface e pepino	iogurte natural batido com banana e mamão Bolo de maçã sem açúcar
Composição nutricional (média semanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	
Data	26	27	28	29	01/03
Café da manhã 07:45 H	Leite batido com banana Pão francês com manteiga Maçã	Suco de uva integral Bolo de chocolate sem açúcar Banana	Leite batido com banana e cacau Pão francês com manteiga e queijo colonial Abacaxi	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Laranja	Leite batido com morango e banana ou ameixa seca Pão caseiro sem açúcar com patê de frango Mamão
Lanche manhã 09:30 H	Mandioca cozida Carne moída em molho Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de alface	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	Risoto de frango com legumes Salada de acelga	Polenta com molho de frango Salada de tomate Beterraba cozida
Almoço 11:30 H	Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de tomate	Molho de carne moída com batata Arroz cozido Salada de repolho Couve manteiga refogada	Arroz cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho Couve flor cozida Salada de acelga	Macarrão com molho de frango Salada de pepino	Arroz cozido Feijão preto cozido Carne refogada com legumes (cenoura e abobrinha) Salada de acelga
Lanche tarde 13:30 H	Maçã	Abacaxi	Banana	Mamão	Laranja
Janta 15:45	Panqueca de carne moída Cenoura cozida	Macarrão com molho de frango Salada de alface Beterraba cozida	Suco de uva integral Bolo de maçã sem açúcar	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de alface	Mandioca cozida Peito de frango em molho Salada de repolho Couve manteiga refogada
Composição nutricional (média semanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	

OBS: não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Consistência das preparações:

- * Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- * Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- * Macarrão: cozido, macio e úmido;
- * Polenta: bem cozida, lisa e úmida;
- * Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- * Frutas: Ser oferecidas em pedaços pequenos;
- * Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- * Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- * Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados.
- * Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



CARDÁPIO ESCOLAR PARA INTOLERANTES A LACTOSE - FEVEREIRO 2024

CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integral

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	05	06	07	08	09
Café da manhã 07:45 H	Leite zero lactose batido com banana Pão francês com geleia de frutas Melão	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Uva	logurte natural de aveia batido com morango Pão francês com queijo zero lactose Banana	Leite zero lactose puro ou batido com cacau Pão caseiro sem açúcar com manteiga Mamão	Leite zero lactose batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com geleia de frutas Melancia
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Torta salgada de legumes com carne Suco de uva integral	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Macarrão com molho de peito de frango Salada de beterraba cozida
Almoço 11:30 H	Arroz cozido Feijão preto cozido Picadinho de carne em molho Salada de tomate	Macarrão à bolonhesa Abobrinha refogada	Arroz cozido Lentilha cozida Peito de frango em molho Salada de beterraba cozida	Risoto de frango Salada de repolho com cenoura ralada	Arroz cozido Feijão preto cozido Coxinha de asa assada Salada de tomate
Lanche tarde 13:30 H	Melão	Uva	Melancia	Banana	Mamão
Janta 15:45	Carreteiro Salada de acelga	Polenta à bolonhesa Salada de repolho Cenoura cozida	Pão francês com carne moída Suco de uva integral	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface e pepino	logurte natural de aveia batido com banana e mamão Bolo de maçã sem açúcar
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	12	13	14	15	16
Café da manhã 07:45 H	Recesso	Feriado	Recesso	Leite zero lactose batido com banana Pão francês com geleia de frutas Maçã	Leite zero lactose batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com queijo zero lactose Banana
Lanche manhã 09:30 H				Mandioca cozida Carne moída em molho Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de tomate
Almoço 11:30 H				Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de tomate	Molho de carne moída com batata Arroz cozido Salada de repolho
Lanche tarde 13:30 H				Banana	Maçã
Janta 15:45				Panqueca de banana Leite batido com maçã e cacau	Suco de uva integral Pão francês com carne moída Tomate
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
OBS: As preparações que contem leite em seus ingredientes, por exemplo: panqueca, bolos, torta salgada, utilizar água ou suco de fruta. Também observar o rótulo dos alimentos, caso algum contenha a informação na embalagem que contem lactose suspender o uso para os alunos intolerantes a lactose. Não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.					
Consistência das preparações: * Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo; * Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos; * Macarrão: cozido, macio e úmido; * Polenta: bem cozida, lisa e úmida; * Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida; * Frutas: Ser oferecidas em pedaços pequenos; * Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação; * Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos. * Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados. * Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).					
Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE					



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



CARDÁPIO ESCOLAR PARA INTOLERANTES A LACTOSE - FEVEREIRO 2024

CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integral

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	19	20	21	22	23
Café da manhã 07:45 H	Leite zero lactose batido com banana Pão francês com geleia de frutas Melão	Suco de uva integral Cupcake de banana com aveia Uva	iogurte natural de avela batido com morango Pão francês com queijo zero lactose Banana	Leite zero lactose puro ou batido com cacau Pão caseiro sem açúcar com geleia de fruta Mamão	Leite zero lactose batido com morango e banana ou ameixa seca Pão francês com queijo zero lactose Melancia
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Torta salgada de legumes com carne Suco de uva integral	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Macarrão com molho de peito de frango Salada de beterraba cozida
Almoço 11:30 H	Arroz cozido Feijão preto cozido Picadinho de carne em molho Salada de tomate	Macarrão à bolonhesa Abobrinha refogada	Arroz cozido Lentilha cozida Peito de frango em molho Salada de beterraba cozida	Risoto de frango Salada de repolho com cenoura ralada	Arroz cozido Feijão preto cozido Coxinha de asa assada Salada de tomate
Lanche tarde 13:30 H	Melão	Uva	Melancia	Banana	Mamão
Janta 15:45	Carreteiro Salada de acelga	Polenta à bolonhesa Salada de repolho Cenoura cozida	Pão francês com carne moída Suco de uva integral	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface e pepino	iogurte natural de avela batido com banana e mamão Bolo de maçã sem açúcar
Composição nutricional (média semanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	
Data	26	27	28	29	01/03
Café da manhã 07:45 H	Leite zero lactose batido com banana Pão francês com geleia de frutas Maçã	Suco de uva integral Bolo de chocolate sem açúcar Banana	Leite zero lactose batido com banana e cacau Pão francês com queijo zero lactose Abacaxi	Suco de uva integral Cupcake de banana com avela Laranja	Leite zero lactose batido com morango e banana ou ameixa seca Pão caseiro sem açúcar com patê de frango (creme feito com avela) Mamão
Lanche manhã 09:30 H	Mandioca cozida Carne moída em molho Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de alface	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	Risoto de frango com legumes Salada de acelga	Polenta com molho de frango Salada de tomate Beterraba cozida
Almoço 11:30 H	Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de tomate	Molho de carne moída com batata Arroz cozido Salada de repolho Couve manteiga refogada	Arroz cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho Couve flor cozida Salada de acelga	Macarrão com molho de frango Salada de pepino	Arroz cozido Feijão preto cozido Carne refogada com legumes (cenoura e abobrinha) Salada de acelga
Lanche tarde 13:30 H	Maçã	Abacaxi	Banana	Mamão	Laranja
Janta 15:45	Panqueca de carne moída Cenoura cozida	Macarrão com molho de frango Salada de alface Beterraba cozida	Suco de uva integral Bolo de maçã sem açúcar	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Salada de alface	Mandioca cozida Peito de frango em molho Salada de repolho Couve manteiga refogada
Composição nutricional (média semanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	

OBS: As preparações que contêm leite em seus ingredientes, por exemplo: panqueca, bolos, torta salgada, utilizar água ou suco de fruta. Também observar o rótulo dos alimentos, caso algum contenha a informação na embalagem que contêm lactose suspender o uso para os alunos intolerantes a lactose.

Não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Consistência das preparações:

- * Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- * Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- * Macarrão: cozido, macio e úmido;
- * Polenta: bem cozida, lisa e úmida;
- * Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- * Frutas: Ser oferecidas em pedaços pequenos;
- * Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- * Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- * Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados.
- * Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).