

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024



CMEI Mundo Encantado - Ensino pré-escola 4 anos - Período: vespertino

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	04	05	06	07	08
Lanche da tarde 13:30 H	Melancia	Maçã	Laranja	Banana	FERIADO
Lanche da tarde 15:45	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Macarrão cozido Molho de peito de frango Abobrinha refogada	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite batido com banana e cacau	MUNICIPAL
Composição nutr	ricional (média semanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	11	12	13	14	15
Lanche da tarde 13:30 H	Banana	Manga	Melão	Abacaxi	Melancia
Lanche da tarde 15:45	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho
Composição nutr	ricional (média semanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data					
Data	18	19	20	21	22
Lanche da tarde 13:30 H	18 Melancia	19 Maçã	<b>20</b> Manga	<b>21</b> Banana	<b>22</b> Laranja
Lanche da tarde		-	-		
Lanche da tarde 13:30 H Lanche da tarde 15:45	Melancia  Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido	Maçã  Carreteiro Salada de tomate	Manga Panqueca integral de carne moída	Banana  Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com	Laranja Polenta à bolonhesa
Lanche da tarde 13:30 H Lanche da tarde 15:45	Melancia  Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Maçã  Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Manga  Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	Banana  Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana	Laranja Polenta à bolonhesa Salada de repolho
Lanche da tarde 13:30 H Lanche da tarde 15:45 Composição nutr	Melancia  Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface ricional (média semanal)  25  Banana	Maçã  Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada  Energia: Kcal	Manga  Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida  Carboidratos: g  27  Maçã	Banana  Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana  Proteínas: g	Laranja  Polenta à bolonhesa Salada de repolho  Lipídeos: g
Lanche da tarde 13:30 H  Lanche da tarde 15:45  Composição nutr  Data  Lanche da tarde	Melancia  Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface ricional (média semanal)	Maçã  Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada  Energia: Kcal	Manga  Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida  Carboidratos: g	Banana  Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana  Proteínas: g	Laranja  Polenta à bolonhesa Salada de repolho  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.



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024



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

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Data	04	05	06	07	08	
Café da manhã 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja		
Lanche da manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	olonhesa alada de repolho Leite batido com banana e cacau Sala		Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	FERIADO MUNICIPAL	
	utricional (média nanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	
Data	11	12	13	14	15	
Café da manhã 07:45 H	Melão	Banana	Melancia	Manga	Abacaxi	
Lanche da manhã 09:30 H	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	
	utricional (média nanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	
Data	Data 18		20	21	22	
Café da manhã 07:45 H	Maca		Melancia	Laranja	Manga	
Lanche da manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana e cacau	Arroz parb. cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	
	Composição nutricional (média semanal)		Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	
Data	25	26	27	28	29	
Café da manhã 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia			
Lanche da manhã 09:30 H	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango	RECESSO	FERIADO	
	utricional (média nanal)	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.



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ CARDÁPIO ESCOLAR - MARCO 2024



### CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integra

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Data	04	05	06	07	08	
Café da manhã 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja		
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite batido com banana e cacau	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida		
Almoço 11:30 H	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de repolho	Risoto de frango Salada de pepino	Pizza de frango Salada de alface	FERIADO MUNICIPAL	
Lanche tarde 13:30 H	Melancia	Maçã	Laranja	Banana		
Janta 15:30	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Macarrão cozido Molho de peito de frango Abobrinha refogada	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite batido com banana e cacau		
	nutricional (média emanal)	Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g	
Data	11	12	13	14	15	
Data Café da manhã 07:45 H	Melão	12 Banana	13 Melancia	14 Manga	15 Abacaxi	
Café da manhã			-		-	
Café da manhã 07:45 H Lanche manhã	Melão Macarrão à bolonhesa	Banana Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface	Melancia  Mandioca cozida  Filé de peito de  frango em molho	Manga  Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com	Abacaxi  Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e	
Café da manhã 07:45 H Lanche manhã 09:30 H	Melão  Macarrão à bolonhesa Salada de repolho  Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho	Banana  Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida  Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido	Melancia  Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida  Arroz parb. Cozido Batata doce cozida Carne moída em molho	Manga  Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango  Arroz parb. Cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho	Abacaxi  Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha  Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura)	
Café da manhã 07:45 H Lanche manhã 09:30 H Almoço 11:30 H	Melão  Macarrão à bolonhesa Salada de repolho  Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate	Banana  Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida  Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido Salada de acelga	Melancia  Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida  Arroz parb. Cozido Batata doce cozida Carne moída em molho Salada de beterraba	Manga  Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango  Arroz parb. Cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho Salada de repolho	Abacaxi  Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha  Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura) Salada de repolho	

**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 - MARCO 2024



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

Refeições	5	Segunda	Ter	ça	Quarta		Quinta	Sexta
Data		18	19	_	20		21	22
Café da manhã 07:45 H	Maçã		Banana		Melancia		Laranja	Manga
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho		Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana e cacau		Arroz parb. cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface		Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida
Almoço 11:30 H	Risoto de frango Salada de repolho		Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de pepino		Macarrão com molho de frango Salada de acelga		Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Carne moída em molho Salada de tomate	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de repolho
Lanche tarde 13:30 H	Meland	cia	Maçã		Manga		Banana	Laranja
Janta 15:45	Ovo co	preto cozido	Carreteiro Salada de Abobrinha		Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida		Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana	Polenta à bolonhesa Salada de repolho
Composição nutri (média seman	o nutricional Energia: Keal Carbaidrates: g			Proteínas: g	Lipídeos: g			
Data		25	20	26 27		28	29	
Café da manhã 07:45 H		Maçã	Ban	Banana Melancia				
Lanche manhã 09:30 H	Filé de frango	oca cozida peito de em molho de repolho	Arroz parb. Feijão preto Ovo mexido salada de a cenoura co	o cozido o alface	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango			
Almoço 11:30 H	com le (abobri	de frango gumes nha, cenoura) de repolho	Lasanha à bolonhesa Arroz parb. Salada de		Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate		RECESSO	FERIADO
Lanche tarde 13:30 H		Banana	Mela	ncia	Maçã			
Janta 15:45	Carne	oarb. Cozido moída em com batata e nha	Panqueca banana cor cacau Leite batido banana e n	m aveia e o com	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho			
Composição nutricional (média semanal)				poidratos: 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 - MARÇO 2024

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

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
Data	04	05	06	07	08	
Café da manhã 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja		
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite zero lactose batido com banana e cacau	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida		
Almoço 11:30 H  Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida		Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de repolho	Risoto de frango Salada de pepino	Pizza de frango Salada de alface	FERIADO MUNICIPAL	
Lanche tarde 13:30 H	Melancia	Maçã	Laranja	Banana		
Janta 15:45	Arroz cozido <b>Janta</b> Feijão preto cozido		Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite zero lactose batido com banana e cacau		
	nutricional (média manal)	Energia: Kcal Carboidratos: g		Proteínas: g	Lipídeos: g	
Data	11	12	13	14	15	
Café da manhã 07:45 H	Melão	Banana	Melancia	Manga	Abacaxi	
Lanche manhã 09:30 H	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	
	bolonhesa	Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface	Filé de peito de frango em molho vagem	cenoura com cacau Leite batido com	Carne moída em molho com batata e	
09:30 H Almoço	bolonhesa Salada de repolho  Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho	Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida  Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido	Filé de peito de frango em molho vagem cozida  Arroz parb. Cozido Batata doce cozida Carne moída em molho	cenoura com cacau Leite batido com banana e morango  Arroz parb. Cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho	Carne moída em molho com batata e abobrinha  Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura)	
09:30 H  Almoço 11:30 H  Lanche tarde	bolonhesa Salada de repolho  Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate	Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido Salada de acelga	Filé de peito de frango em molho vagem cozida  Arroz parb. Cozido Batata doce cozida Carne moída em molho Salada de beterraba	cenoura com cacau Leite batido com banana e morango  Arroz parb. Cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho Salada de repolho	Carne moída em molho com batata e abobrinha  Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura) Salada de repolho	

**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).



# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



#### CARDÁPIO ESCOLAR PARA INTOLERANTES A LACTOSE - MARÇO 2024

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

Refeições		Segunda	Ter	·ça	Quarta		Quinta	Sexta
Data		18	1:		20		21	22
Café da manhã 07:45 H	Maçã		Banana		Melancia		Laranja	Manga
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho		Bolo de cacau sem açúcar Leite zero lactose batido com banana e cacau		Arroz parb. cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface		Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida
Almoço 11:30 H	Risoto de frango Salada de repolho		Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de pepino		Macarrão com molho de frango Salada de acelga		Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Carne moída em molho Salada de tomate	
Lanche tarde 13:30 H	Meland	cia	Maçã		Manga		Banana	Laranja
Janta 15:45	Ovo co	preto cozido	Carreteiro Salada de Abobrinha		Panqueca integ carne moída Cenoura cozida		Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana	Polenta à bolonhesa Salada de repolho
	Composição nutricional (média semanal) Energia:		Kcal Carbo		oidratos: g P		Proteínas: g	Lipídeos: g
Data		25	2	6	27		28	29
Café da manhã 07:45 H		Maçã	Ban	ana	Melancia	1		
Lanche manhã 09:30 H	Filé de frango	oca cozida peito de em molho de repolho	Arroz parb. Feijão preto Ovo mexid salada de a cenoura co	o cozido o alface	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango			
Almoço 11:30 H	com le (abobri	de frango gumes nha, cenoura) de repolho	Lasanha à bolonhesa Arroz parb Salada de		Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate		RECESSO	FERIADO
Lanche tarde 13:30 H		Banana	Mela	ncia	Maçã			
Janta 15:45	Carne	parb. Cozido moída em com batata e nha	Panqueca banana col cacau Leite batido banana e r	m aveia e o com	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho			
	posição putricional		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).