

Cardápio de MARÇO - 2021
NEIMS e NEICS da Rede Municipal de Ensino

CARDÁPIO DE 01/03 A 5/03

	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão
Almoço	Arroz / Feijão Frango refogado Creme de milho Salada de tomate Fruta	Arroz/ Feijão Carne com mandioca Acelga refogada Fruta	Arroz / Feijão Frango com batata Salada de pepino Fruta	Macarrão à bolonhesa Escarola Fruta	Arroz / Feijão Frango com mandioquinha Couve-manteiga refogada Fruta
Lanche da Tarde	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite + fruta	Leite Pão de leite com requeijão	Leite + fruta	Suco de fruta natural Torta de legumes
Jantar	Sopa de legumes com frango Fruta	Arroz / Feijão Carne com cenoura Salada de repolho Fruta	Arroz / Feijão Frango com pimentão Fruta	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta	Macarrão com frango Salada de alface Fruta

CARDÁPIO SEMANAL DE 08/03 A 12/03

	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão
Almoço	Arroz / Feijão Frango com tomate Salada de beterraba Fruta	Arroz/ Feijão Carne com abóbora Repolho refogado Fruta	Arroz / Feijão Frango com seleta de legumes Acelga refogada Fruta	Macarrão à bolonhesa Brócolis ao alho Fruta	Arroz / Feijão Frango com abobrinha Salada de vagem Fruta
Lanche da Tarde	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite + fruta	Leite Bolo de banana
Jantar	Sopa Canja	Arroz / Feijão Carne ensopada	Arroz / Feijão Frango acebolado	Sopa de legumes com carne e macarrão	Macarrão com frango

	Fruta	com batata Fruta	Purê de mandioca Fruta	Fruta	Salada de alface Fruta
CARDÁPIO SEMANAL DE 15/03 A 19/03					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão
Almoço	Arroz / Feijão Frango com abóbora Repolho refogado Fruta	Arroz/ Feijão Carne com batata Acelga refogada Fruta	Arroz / Feijão Frango com ervilha Batata-doce sauté Fruta	Macarrão à bolonhesa Salada de berinjela Fruta	Arroz / Feijão Frango refogado com couve-manteiga Purê de mandioquinha Fruta
Lanche da Tarde	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite + fruta	Suco de fruta natural Torta de legumes
Jantar	Sopa de legumes com frango Fruta	Arroz / Feijão Carne com cenoura Fruta	Arroz / Feijão Frango acebolado Salada de beterraba Fruta	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta	Macarrão com frango Salada de alface Fruta

CARDÁPIO DE 22/03 A 26/03					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão
Almoço	Arroz / Feijão Frango com tomate Salada de beterraba Fruta	Arroz/ Feijão Carne acebolada Purê de abóbora Repolho refogado Fruta	Arroz / Feijão Frango refogado Creme de milho Acelga refogada Fruta	Macarrão à bolonhesa Brócolis ao alho Fruta	Arroz / Feijão Frango com vagem Salada de abobrinha Fruta
Lanche da Tarde	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite + fruta	Leite Bolo de banana
Jantar	Sopa canja Fruta	Arroz / Feijão Carne com batata Fruta	Arroz / Feijão Frango com cenoura Fruta	Sopa de legumes com carne e macarrão Fruta	Macarrão com frango Salada de alface Fruta

CARDÁPIO DE 29/03 A 31/03

	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão		
Almoço	Arroz / Feijão Frango acebolado Batata-doce sauté Salada de tomate Fruta	Arroz/ Feijão Carne com pimentão Acelga refogada Fruta	Arroz / Feijão Frango com seleta de legumes Salada de pepino Fruta		
Lanche da Tarde	Leite Bisc. salgado com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão	Leite Pão de leite com requeijão		
Jantar	Sopa de legumes com frango Fruta	Arroz / Feijão Carne com cenoura Fruta	Arroz / Feijão Frango acebolado Salada de beterraba Fruta		

*O cardápio estará sujeito a alterações que visam manter a qualidade dos gêneros oferecidos, observando também o grau de maturação do hortifruti.

OBSERVAÇÕES:

Para crianças com idade inferior a 1 ano:

No desjejum e no lanche da tarde deve ser servida a fórmula láctea infantil de partida ou de seguimento dependendo da faixa etária.

Os alimentos que aparecem na colação, no almoço e no jantar, devem ter consistência pastosa: fruta amassada, arroz amassado, caldo de feijão, carne moída ou frango desfiado e legumes cozidos e amassados.

Cardápio atendendo as recomendações do FNDE (Resolução 26/2013): No mínimo 70% das necessidades nutricionais diárias para creches em período integral

Nutricionistas: Anna Paula Salles Maia Duarte (RT), Christiane Loureiro Carpentiere (QT), Fernanda Freitas Pecchiore (QT),

Graciela Almeida (QT), Marina da Paz (QT), Miriam Ferreira Oliveria dos Santos (QT), Rafaela de Assis Neves (QT) e Roberta Lopes Rodrigues Maliauka (QT).