

REFEIÇÃO DA TARDE - 2 a 6 anos - Sopa conforme composição abaixo + Sobremesa (Fruta):

Segunda-feira: Arroz, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Terça-feira: Macarrão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Feculento, Verdura, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Quinta-feira: Arroz, Feculento, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Sexta-feira: Macarrão, Feijão, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Salada de Fruta.

Legenda:

- Feijão (duas vezes por semana).

- Feculento: Batata, Batata Doce, Cará, Inhame.

- Legume Fonte de Vitamina A: Abóbora, Cenoura.

- Legume: Abobrinha, Beterraba, Chuchu, Tomate.

- Verdura: Acelga, Couve Manteiga, Escarola, Repolho.

- Fonte de Proteína (\*) - Carne Bovina e Frango, variando na semana. Além disso, variar diariamente a fonte de Proteína (\*) do almoço e da refeição da tarde.

- Frutas: Melão, Melancia, Abacaxi, Abacate, Mamão, Banana Nanica, Banana Prata. Tangerina, Caqui, Goiaba.

- Tempero: Alho, Cebola, Cebolinha, Salsa.

Notas:

1. Caso desejar, os mesmos ingredientes da sopa e seus respectivos percapitas poderão ser utilizados no preparo de risotos.

2. Para escolha da fruta a ser utilizada, verifique qual a mais madura, priorizando seu consumo. Lembrando que as frutas recebidas devem ser utilizadas até o recebimento da próxima feira.

3. O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou fculentos poderá ser acrescentado à sopa.

\* Composição Geral do Cardápio sujeito à alterações. Elaborada por Nutricionistas da Coordenadoria de Alimentação Escolar – CODAE/SME.\*

#### COMUNICADO Nº 174/ Outubro - 2016

A Secretária Municipal de Educação- SME, por meio da Coordenadoria de Alimentação Escolar (CODAE), comunica aos Senhores Diretores dos Centros de Educação Infantil Conveniados- CEI's CONVENIADOS, a composição geral dos cardápios que deverão ser seguidos de 03/10 a 31/10/2016:

Notas Importantes:

1. As carnes (bovina, frango, peixe, suína) deverão ser adquiridas pela Unidade Conveniada.

2. Outros alimentos "in natura" (frutas, Verduras, legumes e ovo) podem ser adquiridos pela Unidade Conveniada para maior variedade do cardápio.

3. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site da CODAE para variar as preparações na semana.

4. As Unidades deverão consultar o "Guia de Orientação para Aquisição de Alimentos com os Recursos financeiros do FNDE/PNAE" para variar as preparações dos alimentos.

5. Dia 12/10/2016 – Feriado Nossa Senhora Aparecida

6. Dia 24/10/2016 – Ponto Facultativo (dia do Servidor Público)

AGRUPAMENTO 2: SUB PREFS (CT, EM, G, IQ, IT, MP, PE) e AGRUPAMENTO 3: SUB PREFS (CV, FO, JT, LA, MG, PJ, PR, SE, ST).

Faixa Etária 0 a 5 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos

DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e REFEIÇÃO DA TARDE:

03/10 a 31/10/2016:

- Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (1º Semestre).

Faixa Etária 6 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos.

03/10 a 31/10/2016:

DESJEJUM: 6 meses - Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre):

03/10 a 31/10/2016:

COLAÇÃO: 6 meses - Papa de Fruta

Legenda:

- Frutas: Maçã, Banana Nanica e Banana Prata.

Nota: A fruta deverá ser raspada com a colher ou amassada com o garfo.

03/10 a 31/10/2016:

ALMOÇO: 6 meses - Papa Principal conforme composição abaixo + Sobremesa (Papa de Fruta ou Suco):

Segunda-feira: Macarrão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Suco de Fruta sem açúcar.

Terça-feira: Arroz, Feijão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Ovo e Papa de Fruta.

Quarta-feira: Macarrão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Papa de Fruta.

Quinta-feira: Macarrão, Feijão, Feculento, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Suco de Fruta sem açúcar.

Sexta-feira: Arroz, Feculento, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Papa de Fruta.

Legenda:

- Feijão (duas vezes por semana).

- Feculento: Batata, Batata Doce, Cará, Inhame.

- Legume Fonte de Vitamina A: Abóbora, Cenoura.

- Legume: Abobrinha, Beterraba, Chuchu, Tomate.

- Verdura: Acelga, Couve Manteiga, Escarola, Repolho.

- Fonte de Proteína (\*) - Carne Bovina e Frango, variando na semana.

- Fruta: Abacate, Mamão, Maçã/ Suco de Fruta sem açúcar: Suco de Laranja ou Suco de Melancia.

- Tempero: Alho, Cebola, Cebolinha, Salsa.

Notas:

1. A Papa Principal deverá ser amassada com o garfo até que atinja a consistência de purê, e as carnes deverão ser bem picadas e desfiadas.

2. A Papa de fruta deverá ser raspada com a colher ou amassada com o garfo.

3. Para escolha da fruta a ser utilizada, verifique qual a mais madura, priorizando seu consumo. Lembrando que as frutas recebidas devem ser utilizadas até o recebimento da próxima feira.

03/10 a 31/10/2016:

LANCHE: 6 meses - Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre).

03/10 a 31/10/2016:

REFEIÇÃO DA TARDE: 6 meses - Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º semestre) + Papa de Fruta

Legenda:

- Frutas: Abacate, Maçã, Mamão.

Nota: A fruta deverá ser raspada com a colher ou amassada com o garfo.

Para escolha da fruta a ser utilizada, verifique qual a mais madura, priorizando seu consumo. Lembrando que as frutas recebidas devem ser utilizadas até o recebimento da próxima feira.

Faixa Etária 7 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos.

03/10 a 31/10/2016:

DESJEJUM: 7 meses - Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre)

03/10 a 31/10/2016:

COLAÇÃO: 7 meses – Papa de Fruta

Legenda:

- Frutas: Maçã, Banana Nanica e Banana Prata.

Nota: A fruta deverá ser raspada com a colher ou amassada com o garfo.

03/10 a 31/10/2016:

ALMOÇO: 7 meses - Papa Principal conforme composição abaixo + Sobremesa (Papa de Fruta ou Suco):

Segunda-feira: Macarrão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Suco de Fruta sem açúcar.

Terça-feira: Arroz, Feijão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Ovo e Papa de Fruta.

Quarta-feira: Macarrão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Papa de Fruta.

Quinta-feira: Macarrão, Feijão, Feculento, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Suco de Fruta sem açúcar.

Sexta-feira: Arroz, Feculento, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Papa de Fruta.

Legenda:

- Feijão (duas vezes por semana).

- Feculento: Batata, Batata Doce, Cará, Inhame.

- Legume Fonte de Vitamina A: Abóbora, Cenoura.

- Legume: Abobrinha, Beterraba, Chuchu, Tomate.

- Verdura: Acelga, Couve Manteiga, Escarola, Repolho.

- Fonte de Proteína (\*) - Carne Bovina e Frango, variando na semana.

- Fruta: Abacate, Mamão, Maçã/ Suco de Fruta sem açúcar: Suco de Laranja ou Suco de Melancia.

- Tempero: Alho, Cebola, Cebolinha, Salsa

Notas:

1. A Papa Principal deverá ser ligeiramente amassada com o garfo e as carnes deverão ser bem picadas e desfiadas.

2. A Papa de fruta deverá ser raspada com a colher ou ligeiramente amassada com o garfo.

3. Para escolha da fruta a ser utilizada, verifique qual a mais madura, priorizando seu consumo. Lembrando que as frutas recebidas devem ser utilizadas até o recebimento da próxima feira.

03/10 a 31/10/2016:

LANCHE: 7 meses - Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre).

03/10 a 31/10/2016:

REFEIÇÃO DA TARDE: 7 meses - Papa Principal conforme composição abaixo + Sobremesa (Papa de Fruta):

Segunda-feira: Arroz, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Ovo e Papa de Fruta.

Terça-feira: Macarrão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Papa de Fruta.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Papa de Fruta

Quinta-feira: Arroz, Feculento, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Papa de Fruta.

Sexta-feira: Macarrão, Feijão, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Salada de Fruta (Papa).

Legenda:

- Feijão (duas vezes por semana).

- Feculento: Batata, Batata Doce, Cará, Inhame.

- Legume Fonte de Vitamina A: Abóbora, Cenoura.

- Legume: Abobrinha, Beterraba, Chuchu, Tomate.

- Verdura: Acelga, Couve Manteiga, Escarola, Repolho.

- Fonte de Proteína (\*) - Carne Bovina e Frango, variando na semana. Além disso, variar diariamente a fonte de Proteína (\*) do almoço e da refeição da tarde.

- Frutas: Abacate, Maçã, Mamão.

- Tempero: Alho, Cebola, Cebolinha, Salsa.

Notas:

1. A Papa Principal deverá ser ligeiramente amassada com o garfo e as carnes deverão ser bem picadas e desfiadas.

2. A Papa de fruta deverá ser raspada com a colher ou ligeiramente amassada com o garfo.

3. Para escolha da fruta a ser utilizada, verifique qual a mais madura, priorizando seu consumo. Lembrando que as frutas recebidas devem ser utilizadas até o recebimento da próxima feira.

Faixa Etária 8 a 11 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos.

DESJEJUM: 8 a 11 meses

Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre) + os seguintes acompanhamentos:

03/10 a 07/10/2016:

Segunda-feira: Pão Bisnaguinha.

Terça-feira: Biscoito Doce

Quarta-feira: Pão Bisnaguinha.

Quinta-feira: Biscoito Doce

Sexta-feira: Biscoito Doce

10/10 a 14/10/2016:

Segunda-feira: Pão Bisnaguinha.

Terça-feira: Pão Bisnaguinha.

Quarta-feira: Feriado

Quinta-feira: Biscoito Doce.

Sexta-feira: Biscoito Doce ou Pão Bisnaguinha..

17/10 a 21/10/2016:

Segunda-feira: Biscoito Doce ou Pão Bisnaguinha.

Terça-feira: Biscoito Doce.

Quarta-feira: Biscoito Doce.

Quinta-feira: Biscoito Doce.

Sexta-feira: Biscoito Doce.

24/10 a 28/10/2016:

Segunda-feira: Ponto Facultativo.

Terça-feira: Biscoito Doce.

Quarta-feira: Pão Hot Dog.

Quinta-feira: Biscoito Doce.

Sexta-feira: Biscoito Doce ou Pão Bisnaguinha

31/10/2016:

Segunda-feira: Pão Bisnaguinha.

03/10 a 31/10/2016:

COLAÇÃO: 8 a 11 meses – Fruta

Legenda:

- Frutas: Maçã, Banana Nanica e Banana Prata.

03/10 a 30/10/2016

ALMOÇO: 8 a 11 meses - Refeição conforme composição abaixo + Sobremesa (Fruta ou Suco):

Segunda-feira: Arroz, Feijão, Ovo, Legume e Suco de Fruta sem Açúcar.

Terça-feira: Arroz, Feijão, Fonte de Proteína (\*), Legume Fonte de Vitamina A e Fruta.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Fonte de Proteína (\*), Feculento e Fruta.

Quinta-feira: Macarrão ou Arroz, Fonte de Proteína (\*), Legume e Suco de Fruta sem Açúcar.

Sexta-feira: Arroz, Feijão, Fonte de Proteína (\*), Verdura e Fruta.

Legenda:

- Feijão: Carioca, Preto (1x por mês) ou conforme disponibilidade em estoque.

- Feculento: Batata, Batata Doce, Cará, Inhame.

- Legume Fonte de vitamina A: Abóbora, Cenoura.

- Legume: Abobrinha, Berinjela, Beterraba, Chuchu, Tomate.

- Verdura: Acelga, Couve Manteiga, Escarola, Repolho.

- Fonte de Proteína (\*) : Oferecer semanalmente Carne Bovina, Frango, Ovo e Peixe (cuidado, atentar-se a presença de espinhas) e quinzenalmente intercalar PTS com carne suína (corte magro).

- Fruta: Abacate, Mamão, Maçã / Suco de Fruta sem açúcar: Suco de Laranja ou Suco de Melancia.

- Tempero: Alho, Cebola, Cebolinha, Salsa.

Notas:

1. Feculentos, Legumes, Legumes Fonte de vitamina A e Verduras deverão ser fornecidos cozidos.

2. Para escolha da fruta a ser utilizada, verifique qual a mais madura, priorizando seu consumo. Lembrando que as frutas recebidas devem ser utilizadas até o recebimento da próxima feira.

3. As unidades deverão consultar, diariamente, o "Receituário Padrão de CEI", disponível no site da CODAE para variar as preparações na semana.

4. No almoço, como opção de acompanhamento (guarnição) poderão ser utilizadas as receitas com farinha de mandioca e fubá disponíveis no site.

5. O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou fculentos poderá ser acrescentado em refogados.

6. A carne bovina poderá ser moída uma vez por semana.

03/10 a 31/10/2016:

LANCHE: 8 a 11 meses - Mamadeira preparada com Fórmula Láctea Infantil (2º Semestre).

03/10 a 31/10/2016:

REFEIÇÃO DA TARDE: 8 a 11 meses - Sopa conforme composição abaixo + Sobremesa (Fruta):

Segunda-feira: Arroz, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Terça-feira: Macarrão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Quarta-feira: Arroz, Feijão, Feculento, Legume Fonte de Vitamina A, Legume, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Quinta-feira: Arroz, Feculento, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Fruta.

Sexta-feira: Macarrão, Feijão, Legume, Verdura, Fonte de Proteína (\*) e Salada de Fruta.

Legenda:

- Feijão (duas vezes por semana).

- Feculento: Batata, Batata Doce, Cará, Inhame.

- Legume Fonte de Vitamina A: Abóbora, Cenoura.

- Legume: Abobrinha, Beterraba, Chuchu, Tomate.

- Verdura: Acelga, Couve Manteiga, Escarola, Repolho.

- Fonte de Proteína (\*) - Carne Bovina e Frango, variando na semana. Além disso, variar diariamente a fonte de Proteína (\*) do almoço e da refeição da tarde.

- Frutas: Abacate, Maçã, Mamão.

- Tempero: Alho, Cebola, Cebolinha, Salsa.

Notas:

1. Caso desejar, os mesmos ingredientes da sopa e seus respectivos percapitas poderão ser utilizados no preparo de risotos.

2. Para escolha da fruta a ser utilizada, verifique qual a mais madura, priorizando seu consumo. Lembrando que as frutas recebidas devem ser utilizadas até o recebimento da próxima feira.

3. O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou fculentos poderá ser acrescentado à sopa.

Faixa Etária 1 ano a 1 ano e 11 meses:

Hidratação: Água fervida ou filtrada nos intervalos

DESJEJUM: 1 ano a 1 ano e 11 meses - Bebida + Acompanhamento:

03/10 a 07/10/2016:

Segunda-feira: Leite Integral e Pão Bisnaguinha Integral.

Terça-feira: Leite Integral e Biscoito Doce ou Leite Integral e Cereal (Flocos de Milho).

Quarta-feira: Leite Integral e Pão Hot Dog Integral com Enriquecedor.

Quinta-feira: Leite Integral e Bolo Individual.

Sexta-feira: Leite Integral e Pão de Forma com Enriquecedor.

10/10 a 14/10/2016:

Segunda-feira: Leite Integral e Pão Bisnaguinha Integral.

Terça-feira: Leite Integral e Pão Bisnaguinha Integral.

Quarta-feira: Feriado.

Quinta-feira: Leite Integral e Cereal (Flocos de Milho).

Sexta-feira: Leite Integral e Biscoito Doce.