**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL ZERO E INFANTIL I – MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****01/05** | **TERÇA-FEIRA****02/05** | **QUARTA-FEIRA****03/05** | **QUINTA-FEIRA****04/05** | **SEXTA-FEIRA****05/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | **FERIADO** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Arroz papa;Feijão carioca;Peito de frango desfiado;Caldo de batata inglesa com cenoura; | Sopa de mandioca;Arroz branco;Carne moída;Purê de cenoura; | Arroz branco;Feijão cozido com beterraba;Peito de frango desfiado;Purê de cabotiá; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne de panela com batata inglesa;Beterraba cozida; |
| **12h00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **LANCHE 1 – 14h00** | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas |
| * ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.***

**Cardápio com aproximadamente 450 kcal/dia****OBS: 4 a 8 Meses:** Alimentos bem amassados e/ou peneirados **– 9 a 12 Meses:** Alimentos levemente amassados ou em pedaços.**NÃO SERVIR BISCOITOS PARA O BERÇÁRIO – OFERTAR ÁGUA E CHÁ NATURAL NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL ZERO E INFANTIL I - MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****08/05** | **TERÇA-FEIRA****09/05** | **QUARTA-FEIRA****10/05** | **QUINTA-FEIRA****11/05** | **SEXTA-FEIRA****12/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Arroz branco;Feijão carioca;Ovos mexidos;Cenoura refogada; | Arroz papa;Caldo de feijão;Musculo cozido com legumes (cenoura, abóbora cabotiá, tomate). | Polenta cremosa;Peito de frango desfiado ao molho;Cenoura cozida; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne moída;Legumes cozidos; | Sopa de feijão com carne desfiada e legumes;Arroz branco; |
| **12h00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |  |
| **LANCHE 1 – 14h00** | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas |  |
| * ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.***

**Cardápio com aproximadamente 450 kcal/dia****OBS: 4 a 8 Meses:** Alimentos bem amassados e/ou peneirados **– 9 a 12 Meses:** Alimentos levemente amassados ou em pedaços.**NÃO SERVIR BISCOITOS PARA O BERÇÁRIO – OFERTAR ÁGUA E CHÁ NATURAL NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL ZERO E INFANTIL I – MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****15/05** | **TERÇA-FEIRA****16/05** | **QUARTA-FEIRA****17/05** | **QUINTA-FEIRA****18/05** | **SEXTA-FEIRA****19/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Arroz Branco; Feijão carioca; Ovos Mexidos Legumes cozidos; | Arroz branco;Feijão cozido com beterraba; Coxa e sobrecoxa assada desfiada;Legumes cozidos;  | Arroz branco;Feijão carioca;Carne moída com cenoura e batata; | Polenta cremosa;Carne moída ao molho;Legumes cozidos; | Canja de galinha com legumes; |
| **12h00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **LANCHE 1 – 14h00** | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas |
| * ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.***

**Cardápio com aproximadamente 450 kcal/dia****OBS: 4 a 8 Meses:** Alimentos bem amassados e/ou peneirados **– 9 a 12 Meses:** Alimentos levemente amassados ou em pedaços.**NÃO SERVIR BISCOITOS PARA O BERÇÁRIO – OFERTAR ÁGUA E CHÁ NATURAL NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL ZERO E INFANTIL I - MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****22/05** | **TERÇA-FEIRA****23/05** | **QUARTA-FEIRA****24/05** | **QUINTA-FEIRA****25/05** | **SEXTA-FEIRA****26/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Sopa de macarrão com frango desfiado e legumes;(cenoura, batata, tomate, abóbora, beterraba)  | Polenta cremosa;Carne moída ao molho;Arroz branco;Legumes refogados; | Arroz branco;Feijão carioca;Tilápia cozida com batata e tomate;Cenoura cozida; | Arroz branco;Feijão carioca;Caldo de batata inglesa com legumes;Musculo cozido; | Canja de galinha com legumes; |
| **12h00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **LANCHE 1 – 14h00** | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas |
| * ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.***

**Cardápio com aproximadamente 450 kcal/dia****OBS: 4 a 8 Meses:** Alimentos bem amassados e/ou peneirados **– 9 a 12 Meses:** Alimentos levemente amassados ou em pedaços.**NÃO SERVIR BISCOITOS PARA O BERÇÁRIO – OFERTAR ÁGUA E CHÁ NATURAL NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL ZERO E INFANTIL I - MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****29/05** | **TERÇA-FEIRA****30/05** | **QUARTA-FEIRA****31/05** | **QUINTA-FEIRA****01/06** | **SEXTA-FEIRA****02/06** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Arroz branco;Feijão carioca;Ovos mexidos;Caldo de batata inglesa;Beterraba cozida; | Purê de batata inglesa;Carne bovina ao molho;Arroz branco;Cenoura cozida; | Sopa de feijão com legumes;Arroz branco;Frango assado, desfiado; | Fubá cremoso;Carne moída ao molho;Arroz branco;Legumes cozidos; | Arroz Branco; Feijão Cozido;Peito de frango Grelhado e Desfiado;Farofa colorida Legumes / Salada |
| **12h00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **LANCHE 1 – 14h00** | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas | Papinha de frutas |
| * ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.***

**Cardápio com aproximadamente 450 kcal/dia****OBS: 4 a 8 Meses:** Alimentos bem amassados e/ou peneirados **– 9 a 12 Meses:** Alimentos levemente amassados ou em pedaços.**NÃO SERVIR BISCOITOS PARA O BERÇÁRIO – OFERTAR ÁGUA E CHÁ NATURAL NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL II A INFANTIL V - MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****01/05** | **TERÇA-FEIRA****02/05** | **QUARTA-FEIRA****03/05** | **QUINTA-FEIRA****04/05** | **SEXTA-FEIRA****05/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | **FERIADO** | Chá mate;Pão francês com manteiga; | Achocolatado;Bolo simples de fubá; | Chá mate;Bolacha caseira; | Chá mate;Pão caseiro com requeijão caseiro; |
| **ALMOÇO** | Arroz branco;Feijão carioca;Ovos mexidos Salada de pepino com tomate; | Polenta com carne moída;Arroz branco;Legumes/ salada;Fruta; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne de panela com batata inglesa;Legumes/ salada; | Macarronada com carne moída;Legumes/ salada;Sobremesa: fruta  |
| **LANCHE DA TARDE** | Chá mate;Pão francês com requeijão caseiro; | Iogurte caseiro;Bolo simples de fubá; | Achocolatado;Bolacha caseira; | Suco polpa Torrada com patê de frango; |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.*****Cardápio com aproximadamente 950 kcal/dia*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL II A INFANTIL V - MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****08/05** | **TERÇA-FEIRA****09/05** | **QUARTA-FEIRA****10/05** | **QUINTA-FEIRA****11/05** | **SEXTA-FEIRA****12/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Achocolatado;Bolo simples de cenoura; | Chá mate;Pão de queijo caseiro; | Achocolatado;Pão caseiro com requeijão caseiro; |
| **ALMOÇO** | Arroz branco;Feijão carioca;Omelete simples;Purê de batatas;Salada; | Polenta com carne moída;Arroz branco;Salada de beterraba cozida;Fruta; | Arroz branco;Feijão preto com carne de porco;Farofa de legumes;Salada de couve; | Arroz branco;Feijão carioca;Almondegas de carne moída ao molho sugo;Salada de folhas; | Macarronada;Coxa sobrecoxa assada com batatas;Salada;Fruta; |
| **LANCHE DA TARDE** | Suco natural;Pão caseiro;Doce de leite caseiro; | Chá mate;Bolacha caseira;Fruta; | Canjica;Fruta; | Suco natural;Torta de legumes com carne moída; | Lanchinho natural(pão, hamburguer caseiro, tomate, alface)Suco polpa; |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.*****Cardápio com aproximadamente 950 kcal/dia*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL II A INFANTIL V – MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****15/05** | **TERÇA-FEIRA****16/05** | **QUARTA-FEIRA****17/05** | **QUINTA-FEIRA****18/05** | **SEXTA-FEIRA****19/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Vitamina de frutas;bolo simples; | Achocolatado; Biscoito salgado;Fruta; | Achocolatado;Pão caseiro com requeijão caseiro; |
| **ALMOÇO** | Arroz branco;Feijão carioca;Omelete simples;Purê de batatas;Salada; | Arroz branco;Feijão carioca;Quibe assado;Salada; | Polenta com carne moída;Arroz branco;Salada de beterraba cozida; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne de porco assada;Legumes/Salada;Suco de melancia; | Canja de galinha com arroz, legumes e frango desfiado;Sobremesa: fruta; |
| **LANCHE DA TARDE** | Suco natural;Pão francês;Doce de leite caseiro; | Chá mate;Bolacha caseira;Fruta; | Arroz doce;Fruta; | Suco natural;Bolacha caseira;Fruta; | Torrada com patê de sardinha;Suco polpa; |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.*****Cardápio com aproximadamente 950 kcal/dia*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL II A INFANTIL V – MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****22/05** | **TERÇA-FEIRA****23/05** | **QUARTA-FEIRA****24/05** | **QUINTA-FEIRA****25/05** | **SEXTA-FEIRA****26/05** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Chá mate;Pão de queijo caseiro; | Leite com cacau;Bolo simples; | Chá mate;Pão francês com requeijão; |
| **ALMOÇO** | Arroz branco;Feijão carioca;Omelete simples;Legumes/ salada; | arroz branco;feijão carioca;carne de panela;farofa de legumes;salada de tomate com pepino; | Polenta cremosa;Carne moída;Arroz branco;Legumes/ salada;Fruta; | Arroz branco;Feijão carioca;Quibe assado;Salada de tomate; | Macarronada;Coxa e sobrecoxa assada com batata;Salada; |
| **LANCHE DA TARDE** | Suco natural;Pão francês com manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira;Fruta; | Suco polpa;Sanduiche natural;(pão francês, peito de frango desfiado, tomate); | Suco polpa;Bolacha caseira;Fruta; | Salada de frutas;Mingau de chocolate (cacau); |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.*****Cardápio com aproximadamente 950 kcal/dia*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**MUNICÍPIO DE MARUMBI/PR – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL II A INFANTIL V – MAIO DE 2023**

*Nutricionista Erica Cristina V Mendes - CRN-8 10957*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****29/05** | **TERÇA-FEIRA****30/05** | **QUARTA-FEIRA****31/05** | **QUINTA-FEIRA****01/06** | **SEXTA-FEIRA****02/06** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Chá mate;Biscoito doce;Fruta; | Leite com cacau;Bolo simples; | Chá mate;Pão caseiro com requeijão; |
| **ALMOÇO** | Arroz branco;Feijão carioca;Omelete simples;Legumes/ salada; | arroz branco;feijão carioca;carne de panela;farofa de legumes;salada de tomate com pepino; | Polenta cremosa;Carne moída;Arroz branco;Legumes/ salada; | Arroz branco;Feijão carioca;Quibe assado;Salada de tomate com pepino; | Macarronada;Coxa e sobrecoxa assada com batata;Salada; |
| **LANCHE DA TARDE** | Suco natural;Pão francês com carne moída; | Mingau de chocolate;Fruta; | Chá mate;Bolo simples; | Suco natural;Bolacha caseira;Fruta; | Suco polpa;Sanduiche natural;(pão francês, peito de frango desfiado, tomate); |
| ***Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.*****Cardápio com aproximadamente 950 kcal/dia*** **Cardápio sujeito a alterações devido à disponibilidade dos alimentos;**
 |

**REQUEIJÃO CASEIRO**

**INGREDIENTES**

1 Litro de leite;

30 ml de suco de limão ou vinagre de álcool;

30 g de margarina ou manteiga (1 e ½ colher de sopa);

Sal à gosto;

**MODO DE PREPARO**

Reserve ⅓ de xícara de leite (utilizaremos ele para dar ponto ao nosso requeijão);

Coloque em uma panela todo o restante do leite e leve ao fogo médio até ferver;

Desligue o fogo e acrescente o suco de limão ou o vinagre de álcool;

Mexa um pouco e espere talhar, cerca de 10-15 minutos;

Passe por uma peneira fina e aperte com uma colher para soltar o líquido;

Transfira a massa que ficou na peneira para um liquidificador ou processador e acrescente o sal, a manteiga e um pouquinho do leite reservado; Bata bem!

Verifique o ponto do requeijão e se quiser ele menos consistente acrescente um pouco mais de leite, mas cuidado para não exagerar;

Leve para a geladeira por pelo menos 3 horas para gelar.

**PÃO DE QUEIJO PARA CONGELAR**

**INGREDIENTES**

1 copo (americano) de água;

1 copo (americano) de leite integral;

2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina;

1/2 copo (americano) de óleo de soja;

2 a 3 ovos (depende o tamanho);

1 copo (americano) queijo ralado;

sal a gosto, mas se o queijo for salgado nem irá precisar;

4 copos (americano) polvilho doce, ou se preferir misture 2 de polvilho doce e dois de polvilho azedo;

**MODO DE PREPARO**

Coloque os 4 primeiros ingredientes juntos para ferver;

Enquanto isso coloque o polvilho em uma bacia média, quando os líquidos levantarem fervura, derrame sobre o polvilho e mexa bastante com uma colher de pau até se certificar que toda a massa esteja molhada (escaldada);

Aguarde que a massa esfrie, após coloque 2 ovos e o queijo e amasse bastante;

Se achar que ficou dura, acrescente o outro ovo.

O segredo de um pão de queijo macio é sovar a massa bastante até virar uma liga só;

Para enrolar, unte as mãos com óleo, enrole e asse ou disponha em uma forma e leve para congelar, após congelados coloque em saquinhos plásticos;

Quando for assar os pães de queijo congelados, transfira para uma assadeira, deixe descansar na geladeira por 1 hora e leve ao forno preaquecido médio.