**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.