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

**CARDÁPIO CMEI MARIA VILLA DE CARVALHO – INFANTIL ZERO, INFANTIL I, INFANTIL II – AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****31/07** | **TERÇA-FEIRA****01/08** | **QUARTA-FEIRA****02/08** | **QUINTA-FEIRA****03/08** | **SEXTA-FEIRA****04/08** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** |  | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Arroz com cenoura;Feijão carioca;Peito de frango desfiado;Refogado de abobrinha com tomate; | Sopa de macarrão com caldo de feijão, carne e legumes; | Polenta cremosa;Carne moída ao molho;Purê de cabotia; | Arroz branco;Feijão carioca;Ensopado de filé de tilápia com batata, cenoura e tomate; |
| **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, INFANTIL I, INFANTIL II – AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****07/08** | **TERÇA-FEIRA****08/08** | **QUARTA-FEIRA****09/08** | **QUINTA-FEIRA****10/08** | **SEXTA-FEIRA****11/08** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Arroz papa;Feijão carioca;Ovos mexidos;Legumes cozidos; | Arroz branco;Caldo de feijão;Coxa e sobrecoxa ao molho;Legumes cozidos; | Arroz branco;Sopa de batata inglesa e cenoura;Carne moída; | Arroz branco;Feijão cozido com beterraba;Peito de frango desfiado;Purê de cabotiá; | Risoto de frango desfiado 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, INFANTIL I, INFANTIL II – AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****14/08** | **TERÇA-FEIRA****15/08** | **QUARTA-FEIRA****16/08** | **QUINTA-FEIRA****17/08** | **SEXTA-FEIRA****18/08** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **ALMOÇO/JANTAR** | Sopa de feijão com carne desfiada e legumes;Arroz branco; | Arroz papa;Caldo de feijão;Musculo cozido com legumes (cenoura, abóbora cabotiá, tomate). | Mingau de fubá com couve;Peito de frango desfiado ao molho;Cenoura cozida; | Arroz papa;Feijão carioca;Carne moída;Legumes cozidos; | Arroz papa;Sopa de lentilha com legumes (tomate, cenoura, abobrinha, babata)Peixe assado; |
| **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, INFANTIL I, INFANTIL II – AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****21/08** | **TERÇA-FEIRA****22/08** | **QUARTA-FEIRA****23/08** | **QUINTA-FEIRA****24/08** | **SEXTA-FEIRA****25/08** |
| **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;  | Risoto de frango com legumes; | 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, INFANTIL I, INFANTIL II – AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****28/08** | **TERÇA-FEIRA****29/08** | **QUARTA-FEIRA****30/08** | **QUINTA-FEIRA****31/08** | **SEXTA-FEIRA****01/09** |
| **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;  | Risoto de frango com legumes; | 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 III A INFANTIL V - AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****31/07** | **TERÇA-FEIRA****01/08** | **QUARTA-FEIRA****02/08** | **QUINTA-FEIRA****03/08** | **SEXTA-FEIRA****04/08** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** |  | Chá mate;Bolacha caseira; | Vitamina de frutas;Pão francês com manteiga; | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Leite achocolatado (cacau)/Bolo simples; |
| **ALMOÇO** | Arroz branco;Feijão carioca;Coxa e sobrecoxa ao molho; Polenta cremosa;Salada de pepino com tomate; | Arroz branco;Feijão carioca;Carne de panela com batata;Salada de repolho e cenoura ralada; | Arroz branco;Feijão carioca;Omelete;Legumes/ salada; | Arroz branco;Feijão carioca;Peixe assado;Beterraba cozida;Salada de alface; |
| **LANCHE DA TARDE** | Chá mate;Bolacha caseira; | Todinho caseiro (leite batido com cacau);Pão francês com manteiga; | Suco natural;Pão caseiro;Doce de leite caseiro; | Suco natural;Pão francês de carne moída; |
| ***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 III A INFANTIL V - AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****07/08** | **TERÇA-FEIRA****08/08** | **QUARTA-FEIRA****09/08** | **QUINTA-FEIRA****10/08** | **SEXTA-FEIRA****11/08** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Vitamina de frutas;Pão francês com manteiga; | Leite com cacau;Bolo simples; | Chá mate;Pão francês com requeijão; |
| **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; | Todinho caseiro (leite batido com cacau);Pão francês com manteiga; | Suco natural;Bolacha caseira;Fruta; | 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 III A INFANTIL V - AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****14/08** | **TERÇA-FEIRA****15/08** | **QUARTA-FEIRA****16/08** | **QUINTA-FEIRA****17/08** | **SEXTA-FEIRA****18/08** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Vitamina de frutas;Pão francês com manteiga; | Leite com cacau;Bolo simples; | Chá mate;Pão caseiro com requeijão; |
| **ALMOÇO** | Arroz branco;Feijão carioca;Omelete simples;Purê de batatas;Salada; | Arroz branco;Feijão carioca;Quibe assado;Salada;Fruta;  | Polenta com carne moída;Arroz branco;Salada de beterraba cozida;Fruta; | Arroz branco;Feijão carioca;Ovos mexidos com bacon;Salada;Suco de melancia; | Macarronada com carne moída;Arroz branco;Feijão carioca;Sobrecoxa assada;Salada de tomate; |
| **LANCHE DA TARDE** | Suco natural;Pão caseiro;Doce de leite caseiro; | Chá mate;Bolacha caseira;Fruta; | Todinho caseiro (leite batido com cacau);Pão francês com manteiga; | Suco natural;Bolacha caseira;Fruta; | Chá mate;Bolo de cenoura com cobertura 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 III A INFANTIL V - AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****21/08** | **TERÇA-FEIRA****22/08** | **QUARTA-FEIRA****23/08** | **QUINTA-FEIRA****24/08** | **SEXTA-FEIRA****25/08** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Vitamina de frutas;Pão francês com manteiga; | 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; | Arroz branco;Feijão carioca;Quibe assado;Salada de tomate; | Macarronada;Coxa e sobrecoxa assada com batata;Salada; |
| **LANCHE DA TARDE** | Suco natural;Pão caseiro;Doce de leite caseiro; | Chá mate;Bolacha caseira; | Todinho caseiro (leite batido com cacau);Pão francês com manteiga; | Suco natural;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 III A INFANTIL V - AGOSTO DE 2023**

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA****28/08** | **TERÇA-FEIRA****29/08** | **QUARTA-FEIRA****30/08** | **QUINTA-FEIRA****31/08** | **SEXTA-FEIRA****01/09** |
| **CAFÉ DA MANHÃ** | Chá mate;Pão Francês;Manteiga; | Chá mate;Bolacha caseira; | Vitamina de frutas;Pão francês com manteiga; | 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; | Arroz branco;Feijão carioca;Quibe assado;Salada de tomate; | Macarronada;Coxa e sobrecoxa assada com batata;Salada; |
| **LANCHE DA TARDE** | Suco natural;Pão caseiro;Doce de leite caseiro; | Chá mate;Bolacha caseira; | Todinho caseiro (leite batido com cacau);Pão francês com manteiga; | Suco natural;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;**
 |

**HAMBURGUER CASEIRO**

1 Kg de carne moída;

1 cebola batida no liquidificador (creme de cebola);

4 dentes de alho picado;

Sal, pimenta e orégano a gosto;

Misture todos os ingredientes e molde em formato de mini hamburguer;

Em uma frigideira antiaderente, deixe o hamburguer grelhar usando a gordura da própria carne;

**ALMONDEGAS AO SUGO**

**MOLHO**

* 6 tomates médios;

1 e 1/2 cebola inteira;

6 dentes de alho;

Manjericão fresco à gosto;

* 2 colheres de chá de óleo;

3/4 de xícara de água;

* Sal;
* 800g de carne moída
* 2 ovos
* 1 colher de chá de farinha de trigo;
* 1 cebola média ralada;
* 1 colher de sopa de óleo;
* Pimenta do reino a gosto (opcional)
* Sal

**MODO DE PREPARO**

1. Para fazer as almôndegas, misture todos os ingredientes;
2. Faça 30 bolinhas. Arrume com cuidado em uma tábua;
3. Para o molho, bata no liquidificador: os tomates, a cebola, o alho e a água.
4. Em uma panela grande, esquente o óleo. Despeje o molho batido. Deixe ferver um pouco.
5. Acrescente os temperos. Mexa. Salpique um pouco de sal e mexa de novo. Diminui o fogo até que fique baixo.
6. Coloque as almôndegas com cuidado no molho. Não mexa até que cozinhem. Depois, pode mexer, mas ainda com delicadeza.
7. Prove o molho. Regule o sal. Pode acrescentar um pouquinho de pimenta do reino; (opcional)