**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)