**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO 4 À 6 MESES / INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA** | **TERÇA-FEIRA** | **QUARTA-FEIRA** | **QUINTA-FEIRA** | **SEXTA-FEIRA** |
| **4 à 6 vezes ao dia**  **(De acordo com a necessidade)** | Leite Materno/  Fórmula Infantil | Leite Materno/  Fórmula Infantil | Leite Materno/  Fórmula Infantil | Leite Materno/  Fórmula Infantil | Leite Materno/  Fórmula Infantil |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC**.  OMS recomenda que o aleitamento materno e/ou uso de fórmula infantil seja exclusivo até os 06 meses de idade, a partir dessa idade (considerar idade corrigida para prematuros) mais os sinais de prontidão, o bebê está apto para começar a introdução de alimentos | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Informações Nutricionais (média da semana)** | | | | | | | | |
| **6 à 12 meses** | **VET (Kcal)** | **CHO**  **(g)** | **PTN**  **(g)** | **LIP**  **(g)** | **Vit A**  **(mcg)** | **Vit C**  **(mcg)** | **Cal.**  **(mg)** | **Fe**  **(mg).** |
| **Leite materno** | 556,80 | 55,20 | 8,32 | 35,12 | 512 | 40,08 | 257,6 | 0,24 |
| **Fórmula infantil** | 536,00 | 56,32 | 11,2 | 28 | 616 | 120 | 408 | 5,92 |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO 6 À 12 MESES / INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **02/10** | **TERÇA-FEIRA**  **03/10** | **QUARTA-FEIRA**  **04/10** | **QUINTA-FEIRA**  **05/10** | **SEXTA-FEIRA**  **06/10** |
| **Café da manhã** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **Almoço/Jantar** | Papinha de: Arroz Branco;  Feijão Cozido com beterraba;  Ovos Mexidos;  Legumes/Salada; | Papinha de: Arroz Branco;  Feijão Cozido;  Carne bovina desfiada ao molho;  Polenta Cremosa; Legumes/Salada; | Papinha de: Arroz Branco;  Feijão Cozido;  Coxa de Frango ao Molho Desfiada;  Legumes/Salada | Papinha de: arroz branco;  Feijão cozido;  carne de porco na panela de pressão;  legumes/salada; | Papinha de: arroz branco;  Feijão cozido;  Peixe assado com legumes;  Salada; |
| **12H00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **14H00** | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**  fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar. | | | | | |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO 6 À 12 MESES / INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **09/10** | **TERÇA-FEIRA**  **10/10** | **QUARTA-FEIRA**  **11/10** | **QUINTA-FEIRA**  **12/10** | **SEXTA-FEIRA**  **13/10** |
| **Café da manhã** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |  | **RECESSO ESCOLAR** |
| **Almoço/jantar** | Risoto de frango com legumes;  Caldo de feijão; | Sopa de macarrão com carne bovina e legumes;  (cenoura, batata, repolho, tomate, couve flor); | Sopa de feijão com carne;  Arroz branco papa;  Legumes refogados; |
| **12H00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **14H00** | Pão com carne moída  Suco de melancia. | Mini lanche (hamburguer caseiro, pão de hamburguer, tomate, alface);  Suco de laranja; (s/açúcar) | Sorvete de banana com morango; (banana bem madura congelada, batida com morango); |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**  fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar. | | | | | |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO 6 À 12 MESES / INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **16/10** | **TERÇA-FEIRA**  **17/10** | **QUARTA-FEIRA**  **18/10** | **QUINTA-FEIRA**  **19/10** | **SEXTA-FEIRA**  **20/10** |
| **Café da manhã** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **Almoço/jantar** | Arroz papa;  Feijão cozido com beterraba;  Carne de panela com legumes; (cenoura, batata, tomate); | Arroz papa com brócolis;  Caldo de feijão;  Peito de frango desfiado;  Legumes refogados; | Sopa de macarrão com carne bovina e legumes;  (cenoura, batata, repolho, tomate, couve flor); | Polenta cremosa;  Frango ao molho;  Beterraba cozida; | Sopa de batata com carne moída;  Arroz papa;  Ovos mexidos;  Cenoura refogada; |
| **12H00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **14H00** | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**  fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar. | | | | | |

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO 6 À 12 MESES / INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **23/10** | **TERÇA-FEIRA**  **24/10** | **QUARTA-FEIRA**  **25/10** | **QUINTA-FEIRA**  **26/10** | **SEXTA-FEIRA**  **27/10** |
| **Café da manhã** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **Almoço/jantar** | Risoto de frango com legumes;  Caldo de feijão; | Sopa de macarrão com carne bovina e legumes;  (cenoura, batata, repolho, tomate, couve flor); | Sopa de feijão com carne;  Arroz branco papa;  Legumes refogados; | Arroz papa;  Sopa de lentilha com legumes;  Sobrecoxa assada desfiada;  Salada; | Arroz papa;  Canjiquinha com carne de porco;  Legumes cozidos;  Salada; |
| **12H00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **14H00** | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**  fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar. | | | | | |

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO 6 À 12 MESES / INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **30/10** | **TERÇA-FEIRA**  **31/10** |  |  |  |
| **Café da manhã** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |  |  |  |
| **Almoço/jantar** | Risoto de couve flor com frango e legumes; | Arroz papa;  Feijão cozido;  Ensopado de peixe;  Legumes/salada; |
| **12H00** | Mamadeira (s/ açúcar) | Mamadeira (s/ açúcar) |
| **14H00** | Fruta | Fruta |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.**  fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha \* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar. | | | | | |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO/ INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **02/10** | **TERÇA-FEIRA**  **03/10** | **QUARTA-FEIRA**  **04/10** | **QUINTA-FEIRA**  **05/10** | **SEXTA-FEIRA**  **06/10** |
| **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;  Fruta; | Todinho caseiro (leite batido com cacau);  Pão francês com manteiga; | Suco natural;  Bolacha caseira;  Fruta; | Suco natural;  Pão francês com requeijão;  Fruta; |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC**  **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** | | | | | |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO/ INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **09/10** | **TERÇA-FEIRA**  **10/10** | **QUARTA-FEIRA**  **11/10** | **QUINTA-FEIRA**  **12/10** | **SEXTA-FEIRA**  **13/10** |
| **Café da manhã** | Chá mate;  Pão com manteiga; | Todinho (leite batido com cacau-gelado)  Pão com manteiga; | Suco natural;  Bolacha caseira; |  | **RECESSO ESCOLAR** |
| **Almoço** | Arroz branco;  Polenta cremosa;  Frango ao molho;  Salada; | Macarrão com carne moída;  Beterraba cozida;  Salada;  Fruta | Arroz temperado (peito de frango, cenoura, vagem, tomate, cheiro verde);  Salada; |
| **Lanche da Tarde** | Pão francês com carne moída;  Pipoca;  Suco natural; | Hamburguer (mini pão de hamburguer, hamburguer caseiro, tomate, alface);  Suco natural; | Cachorro quente;  Bolo recheado;  Suco natural; |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC**  **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** | | | | | |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10957

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO/ INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **16/10** | **TERÇA-FEIRA**  **17/10** | **QUARTA-FEIRA**  **18/10** | **QUINTA-FEIRA**  **19/10** | **SEXTA-FEIRA**  **20/10** |
| **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;  Filé de peixe 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 Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC**  **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** | | | | | |

Erica Cristina V Mendes

Nutricionista

CRN-8 10

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO/ INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **23/10** | **TERÇA-FEIRA**  **24/10** | **QUARTA-FEIRA**  **25/10** | **QUINTA-FEIRA**  **26/10** | **SEXTA-FEIRA**  **27/10** |
| **Café da manhã** | Chá mate;  Pão com manteiga; | Suco natural;  Bolo de cenoura simples; | Leite achocolatado;  Pão caseiro com requeijão; | Chá mate;  Bolacha caseira; | Suco natural;  Pão com manteiga; |
| **Almoço** | Arroz branco;  Feijão carioca;  Carne moída ao molho;  Polenta cremosa;  Legumes/salada; | Arroz branco;  Feijão preto com carne de porco;  Farofa de legumes;  Salada de couve;  Fruta; | Arroz branco;  Feijão carioca;  Sobrecoxa ao molho;  Macarrão ao sugo;  Salada de alface; | Arroz branco;  Feijão carioca;  Carne de panela com cenoura;  Purê de batata;  Salada;  Fruta; | Macarronada com carne moída;  Linguiça toscana assada;  Salada de repolho com tomate; |
| **Lanche da Tarde** | Suco natural;  Pão com manteiga; | Chá mate;  Pão francês com doce de leite caseiro; | Mingau de chocolate (cacau)  Banana; | Suco natural;  Pão com ovo mexido;  fruta; | Gelatina;  Fruta; |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC**  **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** | | | | | |

**CARDÁPIO CMEI- MARIA VILLA DE CARVALHO/ INTEGRAL**

**OUTUBRO DE 2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **HORÁRIO** | **SEGUNDA-FEIRA**  **30/10** | **TERÇA-FEIRA**  **31/10** |  |  |  |
| **Café da manhã** | Chá mate;  Pão Francês;  Manteiga; | Chá mate;  Bolacha caseira; |  |  |  |
| **Almoço** | Arroz branco;  Feijão carioca;  Omelete simples;  Legumes/ salada; | Arroz branco;  feijão carioca;  carne de panela;  farofa de legumes;  salada de tomate com pepino; |
| **Lanche da Tarde** | Suco natural;  Pão caseiro;  Doce de leite caseiro; | Chá mate;  Bolacha caseira; |
| **Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC**  **OBS: Utilizar leite sem lactose nas preparações dos alunos intolerantes;** | | | | | |