**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;** |