



MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – 1º e 2º PERÍODOS  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Segunda 04/09	Mingau de maisena (210 Kcal) 200ml	Batata doce cozida 90g (70 Kcal)	Macarão refogado c/ alho + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ Batata + Refogadinho de Legumes 300g + Suco Polpa (320Kcal)	Canjica branca bem cozida + Biscoitos (280 Kcal)
Terça 05/09	Vitamina de Polpa 200ml (160Kcal)	Biscoito caseiro 40g (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Iscas de Frango acebolado Refogadinho de Legumes + Repolho picadinho refogado + saladinha de tomate (300g) (410 Kcal)	Bolo de Fubá + Leite c/ chocolate s/ açúcar (300kcal)
Quarta 06/09	Leite c/ engrossante 200ml + Banana Terra cozida (250 Kcal)	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz + Caldo de feijão + Carne em cubinhos ensopada c/ Legumes + Angu + Saladinha Crua + Fruta(300g) 490Kcal	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Biscoitos + Banana (310kcal)
Quinta 07/09	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
Sexta 08/09	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
Segunda 11/09	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Biscoitos (250 Kcal)	Inhame cozido 70g (60Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ Cenoura + Refogadinho de Legumes + Angu (300g) (400Kcal)	Cuscuz ou mingau de Tapioca + Biscoitos (260 Kcal)
Terça 12/09	Mingau de maisena (210 Kcal) 200ml	Biscoitos (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Moqueca de Cação + Purê de aipim + Salada crua 300g + Suco Polpa (520Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo mesclado + Banana Terra cozida (350Kcal)

*OBS: A comida do berçário I deve ser amassada com o garfo. Jamais batida em liquidificador ou processador*  
*OBS: É proibido o uso de maionese industrial ou caseira na alimentação escolar. OBS: Cuidado com a utilização do AÇÚCAR, quanto menos  
melhor para a saúde e para a formação de hábitos saudáveis da criança.*





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO - 1º e 2º PERÍODOS  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CID/ FNDE N° 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Quarta 13/09	Vitamina de Polpa 200ml (160Kcal)	Fruta (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz + Caldo de Feijão + Carne de panela bem macia picadinha + Refogadinho de Legumes + Farofa rica (genoura ralada e temperinho verde) + Salada de tomate (300g) + Fruta (470Kcal)	Suco Polpa + Banana Terra cozida + Biscoitos (300Kcal)
Quinta 14/09	Leite c/ engrossante 200ml + Batata doce cozida (250 Kcal)	Fruta (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ legumes + Salada de Alface picadinho + Fruta (300g) (440 Kcal)	Suco (Polpa) (200ml) + Bolo salgado recheado c/ frango e legumes (300Kcal)
Sexta 15/09	Leite c/ Chocolate s/ açúcar 200ml + Bisc. Caseiro (250 Kcal)	Fruta (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz + Caldo de Feijão + Carne suína bem cozida + Refogadinho de Legumes + Angu + Saladinha de Tomate (300g) 450Kcal	Batata doce cozida + Leite c/ chocolate s/ açúcar + Fruta (300Kcal)
Segunda 18/09	Mingau de fubá (210 Kcal) 200ml	Batata doce cozida 90g (70Kcal)	Macarrão refogado c/ alho + Carne moída ensopada c/ legumes + Caldo de feijão + Salada crua (300g) + Suco Polpa (480 Kcal)	Bolo salgado recheado c/ carne moída e legumes + Suco Polpa (300 Kcal)
Tercça 19/09	Leite c/ engrossante 200ml + Biscoitos (250 Kcal)	Suco Polpa (100Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Omelete assada c/ Legumes ralados + Refogadinho de Legumes (306g) (380 Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo de Fubá + Fruta (360Kcal)
Quarta 20/09	Vitamina de Polpa 200ml (160Kcal)	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ Legumes + Purê misto de aipim e abóbora + salada crua (300g) + Fruta (500 Kcal)	Leite c/ engrossante + Biscoitos + Fruta (280 Kcal)
Quinta 21/09	Leite c/chocolate s/ açúcar + Biscoitos (250 Kcal)	Fruta (laranja) 90g (67 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Iscas de carne bem macia acebolada + Refogadinho de Legumes + Couve picadinha refogada 300g + Suco Polpa (480 Kcal)	Canjiquinha amarela c/ coco + Banana Terra cozida + Fruta (350 Kcal)
Sexta 22/09	Mingau de maseina (210 Kcal) 200ml	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Moqueca de Peixe + Purê misto (abóbora e Inhame) + Saladinha de Tomate (300g) (390Kcal)	Bolo laranja + Suco polpa + Fruta (300Kcal)

*OBS: A comida do berçário I deve ser amassada com o garfo. Jamais batida em liquidificador ou processador*  
*OBS: É proibido o uso de maionese industrial ou caseira na alimentação escolar. OBS: Cuidado com a utilização do AÇÚCAR, quanto menos melhor para a saúde e para a formação de hábitos saudáveis da criança.*





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – 1º e 2º PERÍODOS  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Segunda 25/09	Leite c/ Chocolate s/ açúcar + Banana Terra cozida (250 Kcal)	Fruta (laranja) 90g (67 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ aipim + Refogado de Legumes + Farofa rica (300g) (400 Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo de Fubá (280 kcal)
Terça 26/09	Vitamina de Polpa de Fruta (160 Kcal) 200ml	Inhame cozido (60Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ Legumes + Angu + Salada de Tomate e alface picadinho (300g) + Suco Polpa (520Kcal)	Bolo Salgado recheado c/ frango e legumes + Suco Polpa (310Kcal)
Quarta 27/09	Mingau de maizena (210Kcal)	Fruta (goiaba) 90g (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne suína bem cozida + Purê de Aipim + Refogado de Legumes + Couve bem picadinha refogada + Fruta (500 Kcal)	Canjica branca bem cozida c/ coco + Fruta + Biscoitos (300Kcal)
Quinta 28/09	Leite c. chocolate s/ açúcar + Batata doce cozida (250Kcal)	Fruta (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne em cubinhos ensopada c/ Legumes + Angu + Saladinha de Tomate + Fruta (309g) (480Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Biscoitos + Banana Terra cozida + Fruta (380Kcal)
Sexta 29/09	Vitamina de Polpa de Fruta (160 Kcal) 200ml	Fruta (goiaba) 90g (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Iscas de Frango acebolada + Refogadinho de Legumes + Farofa rica + Salada Crua + Suco Polpa (520 Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo de mesclado + Fruta (300 Kcal)

*OBS: A comida do berçário I deve ser amassada com o garfo. Jamais batida em liquidificador ou processador*  
*OBS: É proibido o uso de maionese industrial ou caseira na alimentação escolar. OBS: Cuidado com a utilização do AÇÚCAR, quanto menos  
melhor para a saúde e para a formação de hábitos saudáveis da criança.*





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO - MATERNAL  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ ENDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Segunda 04/09	Mingau de maiseina (210 Kcal) 200ml	Batata doce cozida 90g (70 Kcal)	Macarrão refogado c/ alho + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ Batata + Refogadinho de Legumes 300g (400Kcal)	Canjica branca bem cozida + Biscoitos (280 Kcal)
Terça 05/09	Vitamina de Polpa 200ml (160Kcal)	Biscoito caseiro 40g (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Iscas de Frango acebolado Refogadinho de Legumes + Repolho picadinho refogado + saladinha de tomate (300g) (410 Kcal)	Bolo de Fubá + Leite c/ chocolate s/ açúcar (300kcal)
Quarta 06/09	Leite c/ engrossante 200ml + Banana Terra cozida (250 Kcal)	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz + Caldo de feijão + Carne em cubinhos ensopada c/ Legumes + Angu + Saladinha Crua (300g) 410Kcal	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Biscoitos + Banana (310kcal)
Quinta 07/09	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
Sexa 08/09	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
Segunda 11/09	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Biscoitos (250 Kcal)	Inhame cozido 70g (60Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ Cenoura + Refogadinho de Legumes + Angu (300g) (400Kcal)	Cuscuz ou mingau de Tapioca + Biscoitos (260 Kcal)
Terça 12/09	Mingau de maiseina (210 Kcal) 200ml	Biscoitos (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Moqueca de Cação + Purê de aipim + Salada crua 300g (400Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo mesclado + Banana Terra cozida (350Kcal)

OBS: A comida do berçário I deve ser amassada com o garfo. Jamais batida em liquidificador ou processador  
OBS: É proibido o uso de maionese industrial ou caseira na alimentação escolar. OBS: Cuidado com a utilização do AÇÚCAR, quanto menos  
melhor para a saúde e para a formação de hábitos saudáveis da criança.





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO - MATERNAL  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ ENDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura, ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Quarta 13/09	Vitamina de Polpa 200ml (160Kcal)	Fruta (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz + Caldo de Feijão + Carne de panela bem macia picadinha + Refogadinho de Legumes + Farofa rica (cenoura ralada e temperinho verde) + Salada de tomate (300g) (410Kcal)	Suco Polpa + Banana Terra cozida + Biscoitos (300Kcal)
Quinta 14/09	Leite c/ engrossante 200ml + Batata doce cozida (250 Kcal)	Fruta (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ legumes + Salada de Alface picadinho (300g) (380 Kcal)	Suco (Polpa) (200ml) + Bolo salgado recheado c/ frango e legumes (300Kcal)
Sexta 15/09	Leite c/ Chocolate s/ açúcar 200ml + Bisc. Caseiro (250 Kcal)	Fruta (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz + Caldo de Feijão + Carne suína bem cozida + Refogadinho de Legumes + Angu + Saladinha de Tomate (300g) 450Kcal	Batata doce cozida + Leite c/ chocolate s/ açúcar + Fruta (300Kcal)
Segunda 18/09	Mingau de fubá (210 Kcal) 200ml	Batata doce cozida 90g (70Kcal)	Macarrão refogado c/ alho + Carne moída ensopada c/ legumes + Caldo de feijão + Salada crua (300g) (380 Kcal)	Bolo salgado recheado c/ carne moída e legumes + Suco Polpa (300 Kcal)
Terça 19/09	Leite c/ engrossante 200ml + Biscoitos (250 Kcal)	Suco Polpa (100Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Omelete assada c/ Legumes ralados + Refogadinho de Legumes (300g) (380 Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo de Fubá + Fruta (360Kcal)
Quarta 20/09	Vitamina de Polpa 200ml (160Kcal)	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ Legumes + Purê misto de aipim e abóbora + salada crua (300g) (400 Kcal)	Leite c/ engrossante + Biscoitos + Fruta (280 Kcal)
Quinta 21/09	Leite c/chocolate s/ açúcar + Biscoitos (250 Kcal)	Fruta (laranja) 90g (67 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Iscas de carne bem macia acebolada + Refogadinho de Legumes + Couve picadinha refogada 300g (380 Kcal)	Canjiquinha amarela c/ coco + Banana Terra cozida + Fruta (350 Kcal)
Sexta 22/09	Mingau de maiseina (210 Kcal) 200ml	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Moqueca de Peixe + Purê misto (abóbora e inhame) + Saladinha de Tomate (300g) (390Kcal)	Bolo laranja + Suco polpa + Fruta (300Kcal)

*OBS: A comida do berçário I deve ser amassada com o garfo. Jamais batida em liquidificador ou processador.*  
*OBS: É proibido o uso de maionese industrial ou caseira na alimentação escolar. OBS: Cuidado com a utilização do AÇÚCAR, quanto menos melhor para a saúde e para a formação de hábitos saudáveis da criança.*





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – MATERNAL  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Segunda 25/09	Leite c/ Chocolate s/ açúcar + Banana Terra cozida (250 Kcal)	Fruita (laranja) 90g (67 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ aipim + Refogadinho de Legumes + Farofa rica (300g) (400 Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo de Fubá (280 kcal)
Terça 26/09	Vitamina de Polpa de Fruita (160 Kcal) 200ml	Inhame cozido (60Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ Legumes + Angu + Salada de Tomate e alface picadinho (300g) (400Kcal)	Bolo Salgado recheado c/ frango e legumes + Suco Polpa (310Kcal)
Quarta 27/09	Mingau de maizena (210Kcal)	Fruita (goiaba) 90g (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne suína bem cozida + Purê de Aipim + Refogadinho de Legumes + Couve bem picadinha refogada (430 Kcal)	Canjica branca bem cozida c/ coco + Fruita + Biscoitos (300Kcal)
Quinta 28/09	Leite c. chocolate s/ açúcar + Batata doce cozida (259Kcal)	Fruita (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Carne em cubinhos ensopada c/ Legumes + Angu + Saladinha de Tomate (410Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Biscoitos + Banana Terra cozida + Fruita (380Kcal)
Sexta 29/09	Vitamina de Polpa de Fruita (160 Kcal) 200ml	Fruita (goiaba) 90g (70 Kcal)	Arroz + Caldo de Feijão + Iscas de Frango acebolada + Refogadinho de Legumes + Farofa rica + Salada Crua (400 Kcal)	Leite c/ chocolate s/ açúcar + Bolo de mesclado + Fruita (300 Kcal)

*OBS: A comida do berçário I deve ser amassada com o garfo. Jamais batida em liquidificador ou processador*


*OBS: É proibido o uso de maionese industrial ou caseira na alimentação escolar. OBS: Cuidado com a utilização do AÇÚCAR, quanto menos melhor para a saúde e para a formação de hábitos saudáveis da criança.*





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO - BERCÁRIO II  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	VESPERTINO LANCHE
Segunda 04/09	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml 192 Kcal	Batata doce cozida 90g (70 Kcal)	Macarrão refogado c/ alho + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ Batata + Refogadinho de Legumes OU Sopa 300g (380Kcal)	Mamadeira (Vitamina de Polpa) 200ml + Canjica branca bem cozida (300Kcal)
Terça 05/09	Mamadeira (Vitamina de polpa de fruta) 200ml (210 Kcal)	Biscoitos 40g (70 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Iscas de Frango acebolada desfiada + Refogadinho de Legumes + saladinha de tomate (300g) (400 Kcal)	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml + Bolo de fubá + Fruta (310 Kcal)
Quarta 06/09	Mamadeira (Leite engrossante) 200ml 192 Kcal	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de feijão + Carne em cubinhos ensopada c/ Legumes + Angu (300g) 410Kcal	Mamadeira (Mingau maizena) + Biscoitos + Fruta (300 Kcal)
Quinta 07/09	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
Sexta 08/09	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
Segunda 11/09	Mamadeira (Leite engrossante) 200ml 192 kcal	Inhame cozido 70g (60Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ Cenoura + Refogadinho de Legumes + Angu (300g) (380Kcal)	Mamadeira (mingau de maizena) 200ml + Cuscuz (280 Kcal)
Terça 12/09	Mamadeira (Leite c. Polpa de fruta) 200ml (210kcal)	Aipim cozido 60g 70kcal	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Moqueca de Cação + Purê de aipim 300g (360Kcal)	Mamadeira (Leite c/ engrossante) + Bolo mesclado + Fruta (300 Kcal)
Quarta 13/09	Mamadeira (mingau de maizena) 200ml 210 kcal	Fruta (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Carne de panela bem macia picadinha + Refogadinho de Legumes (300g) (380Kcal)	Mamadeira (Leite c/ engrossante) + Biscoitos + Banana Terra cozida (300Kcal)





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – BECÁRIO II  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Quinta 14/09	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml (192 Kcal)	Fruta (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ legumes (300g) (380 Kcal)	Mamadeira (Leite c/ polpa de fruta) 200ml + Bolo salgado de frango c/ Legumes + Fruta (310 Kcal)
Sexta 15/09	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml (192 Kcal)	Fruta (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Carne suína bem cozida desfiada + Refogadinho de Legumes + Angu (300g) 410Kcal	Mamadeira (Leite c/ engrossante) (200ml) + Batata doce cozida + Fruta (300 Kcal)
Segunda 18/09	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml (192 Kcal)	Batata doce cozida 80g (70Kcal)	Macarrão refogado c/ alho + Carne moída ensopada c/ legumes + Caldo de feijão OU Sopa (300g) (380 Kcal)	Mamadeira (mingau de milho) 200ml + Bolo salgado de carne moída c/ Legumes (300 Kcal)
Terça 19/09	Mamadeira (Leite c/ aveia) 200ml (180 Kcal)	Inhame cozido 60g (70 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Omelete assada c/ Legumes + Refogadinho de Legumes (300g) (370 Kcal)	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml + Bolo fubá (50g) + Fruta 350 Kcal
Quarta 20/09	Mamadeira (Leite c/ Polpa Fruta batidos) 200ml (211,40 Kcal)	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ Legumes + Purê misto de aipim e abóbora (300g) (390 Kcal)	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml + Biscoito caseiro + Fruta (270Kcal)
Quinta 21/09	Mamadeira (mingau de milho) 200ml (210Kcal)	Fruta (laranja) 90g (67 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Iscas de carne bem macia acebolada + Refogadinho de Legumes 300g (360 Kcal)	Mamadeira (Vitamina de Polpa) 200ml + Cajuquinha amarela bem cozida + Fruta (300 Kcal)
Sexta 22/09	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 192Kcal	Fruta (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Moqueca de Peixe + Purê misto (abóbora e Inhame) + Saladinha de Tomate (300g) (390Kcal)	Mamadeira (mingau de milho) + Bolo Laranja + Fruta (300Kcal)







MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – BERÇÁRIO II  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
Segunda 25/09	Mamadeira (Leite engrossante) 200ml (192 Kcal)	Fruta (laranja) 90g (67 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ aipim + Refogadinho de Legumes (370 Kcal)	Mamadeira (vitamina de polpa) 200ml + Bolo de fubá (270 Kcal)
Terça 26/09	Mamadeira (mingau de maizena) 200ml 210 kcal	Inhame cozido (60Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos ensopado c/ Legumes + Angu (300g) (390Kcal)	Mamadeira (Leite c/ engrossante) 200ml + Bolo Salgado de Frango e Legumes+ Fruta (300Kcal)
Quarta 27/09	Mamadeira (vitamina de polpa) 200ml (210 Kcal)	Fruta (goiaba) 90g (70 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Carne suína bem cozida + Purê de Aipim + Refogadinho de Legumes 300g (390 Kcal)	Mamadeira (mingau de maizena) (200ml) + Canjica Branca bem cozida + Fruta (300Kcal)
Quinta 28/09	Mamadeira (Leite engrossante) 200ml (192Kcal)	Fruta (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Carne em cubinhos ensopada c/ Legumes + Angu (300g) (390Kcal)	Mamadeira (Vitamina de polpa) + Banana Terra cozida + Fruta (280Kcal)
Sexta 29/09	Mamadeira (mingau de maizena) 200ml 210 kcal	Fruta (goiaba) 90g (70 Kcal)	Arroz bem cozido + Caldo de Feijão + Iscas de Frango acobolada desfiadinha + Refogadinho de Legumes 300g (370 Kcal)	Mamadeira (Leite c/ engrossante) + Bolo mesclado 50g + fruta (300 Kcal)





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – BERCÁRIO I  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	VESPERTINO LANCHE
Segunda 04/09	Mamadeira (Nestogeno c/engrossante) 200ml 192 kcal	Batata doce cozida amassada 40g (60 Kcal)	Sopinha de legumes c/ Macarrão, Carne moída e caldo de feijão 280g (360Kcal)	Mamadeira (nestogeno c/ engrossante) + Inhame cozido amassado (250Kcal)
Terça 05/09	Mamadeira (Nestogeno c/ Maisena mingau) 200ml 210 kcal	Inhame cozido amassado 60kcal	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + Iscas de Frango bem cozida desfiada + Refogadinho de Legumes (280g) (350 Kcal)	Mamadeira (nestogeno c/Frutas batidos) + Fruta amassada (270Kcal)
Quarta 06/09	Mamadeira (Nestogeno c/engrossante) 200ml 192 kcal	Fruta amassada (Banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de feijão + Carne em cubinhos ensopada c/ Legumes + Angu (280g) 370Kcal	Mamadeira (Nestogeno c/ maisena mingau) + Fruta amassada (280 kcal)
Quinta 07/09	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
Sexta 08/09	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
Segunda 11/09	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml 192 kcal	Alpim bem cozido amassado 60g (70 Kcal)	Arroz bem cozido (papinha) + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ Cenoura + Refogadinho de Legumes + Angu (280g) (360Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ maizena) 200ml + Batata doce cozida amassado (260 Kcal)
Terça 12/09	Mamadeira (Mingau de Maizena) 200ml (210Kcal)	Inhame cozido amassado 70g (60Kcal)	Arroz bem cozido (papinha) + Caldo de Feijão + Moqueca de Cação + Purê de alpim 270g (350Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ fruta batidos)200ml + Fruta raspada 270 Kcal
Quarta 13/09	Mamadeira (Nestogeno c/ Fruta batidos) 200ml (211,40 Kcal)	Fruta raspada (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz bem cozido (papinha) + Caldo de Feijão + Carne de panela bem macia picadinha + Refogadinho de Legumes (280g) (350Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml + Fruta raspada maçã (250 Kcal)
Quinta 14/09	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml (192Kcal)	Fruta raspada (maçã) (57,98 Kcal)	Arroz bem cozido (papinha) + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos bem pequenos ensopado c/ legumes (280g) (360 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ Aveia mingau) 200ml + Fruta raspada (mamão) 280 kcal





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – BERÇÁRIO I  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	VESPERTINO LANCHE
Sexta 15/09	Mamadeira (Mingau de Maizena) 200ml (210Kcal)	Fruta raspada (Mamão) 90g 60Kcal	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + 1 gema de ovo para bebês a partir de 6 meses e menores de 1 ano + Refogadinho de Legumes + Angu (280g) 360Kcal	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml + Fruta raspada (maçã) (250Kcal)
Segunda 18/09	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml 192 Kcal	Batata doce cozida amassada 70 Kcal	Sopinha de macarrão c/ Legumes e Carne moída + Caldo de Feijão (280g) (360 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ maizena mingau) 200ml + Batata doce cozida amassada (270Kcal)
Tercia 19/09	Mamadeira (Nestogeno c/ maizena mingau) 200ml 210kcal	Inhame cozido amassado 60kcal	Arroz bem cozido (papinha) + Caldo de Feijão + 1 gema de Ovo bem cozida para bebês a partir de 6 meses e menores de 1 ano + Refogadinho de Legumes (260g) (350 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml + Fruta amassada (banana) (270kcal)
Quarta 20/09	Mamadeira (Nestogeno c/ fruta batidos) 200ml (211,40 Kcal)	Fruta amassada (banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos bem pequenos ensopado c/ Legumes + Purê misto de alpin e abóbora (270g) (370 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ maizena mingau) + Fruta amassada (banana) (280 Kcal)
Quinta 21/09	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml 192kcal	Fruta espremida (laranja) (67 Kcal)	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + Iscas de carne bem macia desfiada + Refogadinho de Legumes 280g (350 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ Fruta batidos 200ml + Fruta espremida (laranja) (280Kcal)
Sexta 22/09	Mamadeira (Nestogeno c/ Maizena mingau) 200ml 210Kcal	Fruta amassada (banana) 90g (83,57 Kcal)	Arroz bem cozido (papinha) + Caldo de Feijão + Moqueca de Peixe Caçã + Purê misto (abóbora e Inhame) (270g) (350Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) + Fruta amassada (banana) (270Kcal)





MOVIMENTO DE EDUCAÇÃO PROMOCIONAL  
DO E. SANTO  
CARDÁPIO – BERCÁRIO I  
TURNO INTEGRAL  
SETEMBRO 2023

- Segundo resolução/CD/ FNDE Nº 06, de maio/2020. Os cardápios da alimentação escolar deverão ser elaborados pelo nutricionista responsável, com a utilização de gêneros alimentícios básicos in natura ou minimamente processados, respeitando-se as referências nutricionais.
- O cardápio poderá sofrer alterações somente pelo nutricionista.
- Não utilizar temperos prontos.

VÂNIA DE OLIVEIRA SANTOS ALPOHIM  
CRN 10100802

DATA	COLAÇÃO	LANCHE MANHÃ	ALMOÇO	VESPERTINO LANCHE
Segunda 25/09	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante) 200ml (192 Kcal)	Fruta (laranja) espremida (67Kcal)	Arroz bem cozido (papinha) + Caldo de Feijão + Carne moída ensopada c/ alpin + Refogadinho de Legumes (270g) (360 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ maisena mingau) + Inhamé cozido amassado (270Kcal)
Terça 26/09	Mamadeira (Nestogeno c/ Aveia mingau) 200ml (188,22Kcal)	Alpin bem cozido amassado 60g (70 Kcal)	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + Frango em cubinhos bem pequenos ensopado c/ Legumes + Angu (270g) (390Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/engrossante) 200ml + Fruta raspada maçã (250 Kcal)
Quarta 27/09	Mamadeira (Nestogeno c/ Fruta batidos) 200ml (211,40 Kcal)	Fruta raspada (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + 1 Gema de ovo para bebês a partir de 6 meses e menores de 1 ano + Purê de Alpin + Refogadinho de Legumes 270g (380 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ Fruta batidos goiaba) 200ml + Fruta raspada (maçã) 260 kcal
Quinta 28/09	Mamadeira (Nestogeno c/ engrossante)200ml 192 Kcal	Fruta raspada (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + Carne em cubinhos bem pequenos ensopada c/ Legumes + Angu (270g) (390Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/ Maizena)200ml + Fruta raspada 260Kcal
Sexta 29/09	Mamadeira (Nestogeno c/ Maisena mingau) 200ml (210Kcal)	Fruta raspada (maçã) 90g (57,98 Kcal)	Arroz bem cozido (Papinha) + Caldo de Feijão + Iscas de Frango acebolada desfiadinha + Refogadinho de Legumes 260g (370 Kcal)	Mamadeira (Nestogeno c/engrossante) + Fruta raspada (250kcal)

