



Cardápio de Setembro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ		BERÇÁRIOS 1 e 2					1ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
		02/09/2019	03/09/2019	04/09/2019	05/09/2019	06/09/2019	
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de aveia	Banana nanica	Mamão	Maçã	Banana prata	
	Berçário 2	Mingau de Aveia	Suco de laranja com cenoura, pão de leite com requeijão	logurte* e pão francês com creme vegetal	Suco de Abacaxi e pão de leite com requeijão	Leite com banana e bolo	
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz com cenoura, repolho, tomate, beterraba e cheiro verde	Feijão, arroz, purê de batata, carne moída, brócolis e acelga	Polenta mole com frango desfiado, espinafre, abobrinha e cheiro verde	Feijão, purê de mandioquinha, carne moída, escarola, tomate e cheiro verde	Arroz, peixe com caldo, chuchu, ervilha, almeirão, tomate e cheiro verde	
	Berçário 2	Arroz, feijão, ovos mexidos com repolho e tomate. Salada de beterraba. Laranja	Arroz, feijão, picadinho com batata e brócolis. Salada de pepino. Gelatina de morango	Arroz, polenta com frango desfiado ao sugo. Salada de Alface. Maça	Arroz, Feijão, carne moída com mandioquinha. Salada de pepino. Banana	Arroz, peixada com legumes e pirão. Salada de tomate. Maça	
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Canja	Creme de mandioquinha servido com pão integral	Sopa de feijão com macarrão argolinha e legumes	Canja	Sopa de lentilha com macarrão argolinha e couve	
	Berçário 2					Suco de Laranja e pão de leite com queijo	
LEITE 16h	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Consistência de purê, bem cozido e amassada - sem leite

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



Cardápio de Setembro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ		BERÇÁRIOS 1 e 2				2ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		09/09/2019	10/09/2019	11/09/2019	12/09/2019	13/09/2019
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de aveia	Maçã	Mamão	Banana prata	Mamão
	Berçário 2	Mingau de aveia	Leite com maçã e pão de leite com creme vegetal	Suco de mamão com limão e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com couve e pão francês com queijo	Leite com mamão e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Macarrão argolinha com espinafre, cenoura, abobrinha, tomate e cheiro verde	Polenta mole com frango desfiado, chuchu, brócolis e couve, caldo de feijão.	Feijão, arroz, purê de Mandioca, carne desfiada com acelga, tomate e cheiro verde.	Arroz, purê de abóbora, frango desfiado com vagem e almeirão	Feijão, purê de batata, carne suína com repolho, cenoura ralada, tomate e cheiro verde.
	Berçário 2	Macarrão com abobrinha e cenoura raladas, ervilha, tomate e cheiro verde. Salada de repolho. Laranja	Arroz, feijão, frango com batata. Salada de vinagrete. Bananada*	Arroz, feijão, carne em cubos com mandioca e cheiro verde e couve refogada. Banana Prata	Arroz, frango desfiado com vagem, cheiro verde, molho branco e queijo. Salada de almeirão. Maçã	Arroz, feijão, carne suína com repolho, cenoura ralada e cheiro verde. Salada de alface com tomate. Banana nanica
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Sopa de lentilha com legumes. Servida com pão de leite	Banana nanica amassada	Mingau de aveia	Maçã cozida	Canja
	Berçário 2		Suco de laranja e pão de fibras com requeijão	Suco de Melão com limão e bolo	Leite com banana e pão francês com requeijão	
LEITE 16h	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

* Doce de banana nanica sem açúcar

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899

Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



Cardápio de Setembro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ			BERÇÁRIOS - 06 - 24 MESES				3ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
		16/09/2019	17/09/2019	18/09/2019	19/09/2019	20/09/2019	
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de aveia	Maçã	Banana Prata	Maçã cozida	Mamão	
	Berçário 2	Mingau de aveia	Suco de Laranja com beterraba e pão francês com requeijão	Suco de melão com laranja e pão de leite com creme vegetal	Leite com maçã e pão de leite com requeijão	logurte* e bolo simples	
ALMOÇO	Berçário 1	Lentilha cozida junto com o arroz, cenoura, espinafre e purê de mandioca.	Feijão, arroz, purê de abóbora, carne moída com acelga, beterraba ralada e cheiro verde.	Feijão, arroz, frango desfiado com abobrinha, chuchu, almeirão e cheiro verde	Polenta mole, carne moída com vagem, cenoura e chicória	Feijão com arroz, purê de batata com frango desfiado e couve.	
	Berçário 2	Arroz de forno com cenoura ralada, ervilha, tomate, cheiro verde e queijo. Ovo cozido. Salada de pepino. Laranja	Arroz, feijão, escondidinho de abóbora com carne moída e cheiro verde. Salada de Beterraba. Salada de frutas	Arroz, Feijão, Frango desfiado com abobrinha e cheiro verde, Salada de Almeirão. Banana prata	Arroz, Polenta a bolonhesa coberta com queijo. Salada de alface. Maçã	Arroz, feijão, frango guisado com cenoura e couve refogada. Salada de tomate. Mamão	
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Sopa de feijão com macarrão argolinha	Bananada*	Creme de cenoura com carne desfiada e cheiro verde. Servido com pão de leite	Mingau de aveia	Sopa de Mandioca	
	Berçário 2		Suco de laranja com cenoura e pão francês com requeijão		Suco de laranja com cenoura, pão de leite com creme vegetal		
LEITE 16h	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozida e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



Cardápio de Setembro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ			BERÇÁRIOS 1 e 2			4ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		23/09/2019	24/09/2019	25/09/2019	26/09/2019	27/09/2019
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de Aveia	Pera	Mamão	Abacate	Banana
	Berçário 2	Mingau de Aveia	Suco de melão e pão francês com requeijão	Suco de mamão com laranja e pão de leite com creme vegetal	Suco de abacate com maçã e pão francês com requeijão	Vitamina de frutas e pão de leite com creme vegetal
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, purê de cenoura, espinafre, chuchu, tomate e cheiro verde.	Macarrão argolinha, caldo de feijão, frango desfiado, cenoura, brócolis e vagem	Feijão, arroz, purê de mandioquinha, carne desfiada, escarola e beterraba.	Feijão, arroz, purê de abóbora, abobrinha, carne suína desfiada e couve.	Lentilhas com arroz, carne moída, berinjela, cenoura, acelga, tomate e cheiro verde
	Berçário 2	Arroz, feijão, mexido com espinafre e tomate. Repolho refogado. Laranja	Macarrão com frango desfiado e brócolis. Salada de abobrinha. com cheiro verde. Pavê de banana	Arroz, feijão, carne de panela com mandioquinha e escarola. Salada Pink. Maçã	Arroz, feijão preto com carne suína com abóbora e couve refogada. Banana prata	Arroz, lentilha, carne moída com berinjela, cenoura, tomate e cheiro verde. Salada de alface. Maçã
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Canja	Banana amassada	Maçã cozida	Mingau de aveia	Pera cozida
	Berçário 2		Suco de laranja e pão de fibras com queijo	Suco de abacaxi e pão de leite com requeijão	iogurte* e pão de leite com queijo	Suco de laranja com limão e bolo de aniversário
LEITE 16h	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



Cardápio de Setembro



Luciana F. S. Campos
Nutricionista RT
DAE - Tietê
CRN3.8942

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - TIETÊ		BERÇÁRIOS 1 e 2				5ª SEMANA
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		30/09/2019	01/10/2019	02/10/2019	03/10/2019	04/10/2019
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Mingau de Aveia	Maçã cozida	Banana nanica	Mamão	Banana Prata
	Berçário 2	Mingau de Aveia	Suco de laranja com maçã e pão francês com creme vegetal	Leite com banana e pão de leite com queijo	Leite batido com mamão e bolo	Suco de abacate com limão e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, purê de mandioquinha, chuchu, chicória, tomate e cheiro verde	Feijão, Arroz, Purê de cenoura, peixe com brocolis e tomate.	Lentilha, arroz, purê de batata, frango desfiado com abobrinha e espinafre	Polenta mole com carne moída com brócolis, acelga e couve.	Feijão, arroz, frango desfiado com cenoura, chuchu, almeirão, tomate e cheiro verde
	Berçário 2	Arroz, feijão, omelete com com chicória, queijo e tomate. Salada de beterraba. Maçã	Arroz, feijão, peixe com brócolis e cenoura. Salada de tomate. Laranja	Arroz, Lentilha, frango guisado com batata e cheiro verde. Salada de alface. Maçã	Arroz, polenta mole a bolonhesa e couve refogada. Salada de Acelga. Laranja	Arroz, feijão, frango xadrez. Salada de almeirão. Banana Prata
COLAÇÃO	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Sopa de legumes com frango e macarrão argolinha	Mingau de maiseina sabor de coco *	Mingau de aveia	Canja	Creme de abacate
	Berçário 2			Suco de bacaxi com couve e pão integral com creme vegetal		Suco de laranja com couve e pão de leite com creme vegetal
LEITE 16h	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

A alimentação dos bebês deverá ser bem cozidas e amassada com garfo.

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Secretaria Municipal da Educação, Avenida Fernando Costa, nº1115, Beira Rio - Tietê, SP. Telefone 15 3285 3899

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3