



Cardápio de Fevereiro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2020		CARDÁPIO 3_ PRÉ-ESCOLA e CIREPEM e NASTARO				2ª e 3ª SEMANA
SERVIÇOS 2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	10/02/2020	11/02/2020	12/02/2020	13/02/2020	14/02/2020	
LANCHE MANHÃ	Mingau de aveia	Suco de manga e biscoito salgado com requeijão	Composto vitaminado de morango e biscoito integral com creme vegetal	Composto vitaminado de chocolate e biscoito doce com requeijão	Composto vitaminado de morango e biscoito salgado com creme vegetal	
ALMOÇO	Arroz, feijão, carne moída com brócolis e cenoura	Arroz, feijão, carne moída com mandioquinha. Salada de tomate. Melão	Arroz, frango desfiado com batata doce e cheiro verde. Salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão, peixe com mandioca e brócolis Salada de tomate. Banana	Macarronada a bolonhesa com berinjela, Salada de almeirão. Maçã	
LANCHE TARDE	Suco de caju e biscoito integral com requeijão	Suco de goiaba e biscoito doce com creme vegetal	Suco de caju e biscoito salgado com requeijão	Suco de maracujá e biscoito integral com creme vegetal	Suco de caju e biscoito doce com requeijão	
SERVIÇOS 3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	17/02/2020	18/02/2020	19/02/2020	20/02/2020	21/02/2020	
LANCHE MANHÃ	Composto vitaminado de morango e biscoito integral	Composto vitaminado de chocolate com biscoito doce com creme vegetal	Suco de manga e biscoito salgado com requeijão	Composto vitaminado de morango e biscoito integral com creme vegetal	Composto vitaminado de chocolate e biscoito salgado com requeijão	
ALMOÇO	Arroz, feijão, mandioquinha, brócolis e ovo cozido. Salada de tomate. Maçã	Arroz, feijão preto com carne suína e abóbora. Salada de repolho. Banana prata	Polenta, arroz, frango (peito) desfiado ao molho e couve refogada. Salada de Alface. Melância	Arroz, feijão, carne moída com abobrinha ralada e couve flor sauté. Salada de acelga. Banana	Arroz, feijão, frango (assado) com cenoura e batata doce. Salada de Alface. Maçã	
LANCHE TARDE	Suco de uva e biscoito doce com requeijão	Suco de maracujá e biscoito integral com requeijão	Purê de mandioquinha com carne moída* teste de aceitabilidade	Suco de caju e biscoito salgado com requeijão	Suco de manga e biscoito doce com creme vegetal	



Cardápio de Fevereiro



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2020		CARDÁPIO 3_ PRÉ-ESCOLA e CIREPEM e NASTARO			4ª SEMANA
SERVIÇOS 4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/02/2020	25/02/2020	26/02/2020	27/02/2020	28/02/2020
LANCHE MANHÃ				Composto vitaminado de chocolate e biscoito doce com creme vegetal	Composto de morango com biscoito integral com requeijão
ALMOÇO	CARNAVAL	CARNAVAL	CINZAS	Arroz, Feijão, carne moída com abóbora, tomate e cheiro verde. Salada de Acelga. Melância	Arroz, feijão, carne desfiada com brócolis e mandioca sauté. Salada de Alface. Maçã
LANCHE TARDE				Suco de manga e biscoito salgado com requeijão	Suco de maracujá e bolo de aniversário* sujeito a alteração

* creches com berçários; emeb podem seguir o lanche do cardápio 3

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
4 - 5 anos	985	160	30	25	15	290	60	570	8	91	3

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