



Cardápio de Novembro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice - Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		31/10/2022	01/11/2022	02/11/2022	03/11/2022	04/11/2022
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	Pera cozida	Melão	FERIADO	Maçã	Banana nanica
	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja com beterraba e ovo mexido com aveia	Suco de melão com laranja e pão de leite com manteiga		Leite com maçã e canela e pão de leite com manteiga	Vitamina de banana e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango desfiado, batata, abobrinha, espinafre e tomate	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada, batata doce e couve.		Arroz, polenta mole, frango, cenoura, acelga e vagem.	Feijão, arroz, carne desfiada, batata, acelga e espinafre
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, Feijão, peito de frango com abobrinha e espinafre. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão preto, virado de couve e cenoura com carne suína. Salada de pepino. Laranja		Arroz, Polenta com frango ao sugo com vagem. Salada de acelga com cenoura. Melão	Arroz, feijão, isca de carne com batata e espinafre. Salada de Alface. Melancia
Lanche da tarde	Berçário 1	Escondidinho de batata com carne desfiada	SALADA DE FRUTAS		Cuscuz de legumes (cenoura, espinafre, vagem e tomate)	CANJA
	Berçário 2 e Maternais					
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

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.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos)

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.

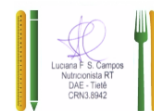
ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA

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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4





Cardápio de Novembro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice- Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		07/11/2022	08/11/2022	09/11/2022	10/11/2022	11/11/2022
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	Maçã Cozida	Pera cozida	Banana	Mamão	Pera
	Berçário 2 e Maternais	Suco de maçã com laranja e ovo mexido com aveia	Leite com canela e pão com requeijão	Vitamina de banana e pão com queijo	Suco de mamão e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com abacaxi e pão com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango, cenoura, espinafre e tomate	Feijão, Arroz, frango, chuchu, cenoura, acelga e cheiro verde	Arroz, polenta mole, carne desfiada, brócolis, cenoura e chuchu.	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada, mandioquinha, couve e tomate.	Feijão, arroz, carne desfiada, batata, cenoura acelga e tomate
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão com peito de frango, espinafre e tomate. Salada de beterraba cozida. Maçã	Arroz, feijão, frango com cenoura e chuchu. Salada de repolho. Laranja	Arroz, polenta, carne desfiada ao sugo. Salada de brócolis. Melão	Arroz, feijão preto, virado de carne suína com couve. Salada de tomate. Laranja	Arroz, feijão, isca de carne com quiabo. Salada de batata com cheiro verde. Manga
Lanche da tarde	Berçário 1	Creme de mandioquinha com cheiro verde	Escondidinho de mandioca com carne desfiada	CANJA	SALADA DE FRUTAS	Cuscuz de frango com legumes (vagem, cenoura e tomate)
	Berçário 2 e Maternais			Crepioça com frango desfiado e suco de maracujá com beterraba		
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

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.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos) *Patê = com ricota - Alérgicos: sem ricota (segue B1 para o recheio)

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.

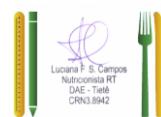
ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA

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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4





Cardápio de Novembro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice- Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
		14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022		
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite		
Lanche da Manhã	Berçário 1	FERIADO		Mamão	Pera	Banana prata		
	Berçário 2 e Maternais			Suco de mamão e pão de leite com manteiga	Suco de laranja com beterraba e pão com requeijão	Suco de abacaxi e ovo mexido		
ALMOÇO	Berçário 1			Feijão, arroz, frango, cenoura, abobrinha, tomate e escarola	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada, abóbora, repolho e cheiro verde	Feijão, arroz, cuscuz mole com frango desfiado, cenoura, tomate e espinafre.		
	Berçário 2 e Maternais			Arroz, Feijão, frango com cenoura e abobrinha. Salada de alface. Melancia	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de acelga. Banana prata	Arroz, feijão, cuscuz mole com frango, cenoura, tomate e espinafre. Salada de alface. Laranja		
Lanche da tarde	Berçário 1					Creme de mandioquinha	CANJA	SALADA DE FRUTAS
	Berçário 2 e Maternais							
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite		

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

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.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos)


No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a reconhecer 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.


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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4


ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA





Cardápio de Novembro





EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice - Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	25/11/2022
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	Melão	Pera cozida	Banana prata	Melancia	Mamão
	Berçário 2 e Maternais	Suco de melão e pão com manteiga	Suco de pera com abacaxi e ovo mexido	Vitamina de banana e pão com manteiga	Suco de melancia e pão com requeijão	Suco de mamão com laranja e pão com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, Arroz, frango com cenoura, abobrinha, espinafre e tomate	Feijão. Arroz, carne desfiada, mandioca, tomate, repolho e cheiro verde.	Arroz, Polenta ao sugo com carne desfiada, cenoura e espinafre.	Feijão, Arroz, carne desfiada com batata, tomate e brócolis.	Arroz, Polenta mole, frango desfiado, cenoura, vagem e espinafre.
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, omelete colorido com cenoura, e espinafre. Salada de pepino. Manga	Arroz, feijão, carne desfiada com mandioca e cheiro verde. Salada de repolho. Laranja	Arroz, Polenta a bolonhesa. Salada de chuchu com cheiro verde. Melão	Arroz, Feijão, isca de carne com brócolis. Salada de alface. Laranja	Arroz, Polenta, frango desfiado com espinafre. Salada de cenoura com vagem. Abacaxi
Lanche da tarde	Berçário 1	CANJA	Mingau de aveia	SALADA DE FRUTAS	CANJA	Escondidinho de Mandioca com carne desfiada
	Berçário 2 e Maternais		Pão com queijo e suco de laranja com cenoura			
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

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.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. ***Purê = leite zero lactose - Alérgicos:** legume amassado com água e condimentos - SEGUIR ORIENTAÇÕES ESPECÍFICAS

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. **AVEIA= INCORPORAR NA PREPARAÇÃO COM O OVO AINDA MOLE - POUCA QUANTIDADE**

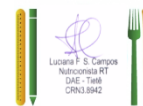
Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4

ACOMPANHE O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA





Cardápio de Novembro



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice - Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022	01/12/2022	02/12/2022
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche da Manhã	Berçário 1	Pera	Maçã cozida	Mamão	Banana nanica	Melancia
	Berçário 2 e Maternais	Suco de pera com laranja e pão com requeijão	Suco de laranja com maçã e ovo mexido com cenoura	Leite com mamão e pão com manteiga	Vitamina de banana e pão com requeijão	Suco de Melancia e pão com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, Arroz, frango com batata, chuchu, tomate e espinafre	Arroz, Polenta mole, frango desfiado, cenoura, vagem e acelga.	Lentilha, arroz, carne suína desfiada, abóbora, chuchu e espinafre	Feijão, arroz, frango desfiado, abobrinha, beterraba e espinafre.	Feijão, arroz, carne desfiada, mandioquinha, vagem e acelga
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, frango com e espinafre. Salada de chuchu. Melancia	Arroz, Polenta, frango desfiado com vagem. Salada de acelga. Melão	Arroz, lentilha, carne suína com abóbora. Salada de alface. Banana prata	Arroz, feijão, frango desfiado com abobrinha e espinafre. Salada de beterraba. Laranja	Arroz, feijão, carne desfiada com mandioquinha. Salada de alface. Maçã
Lanche da tarde	Berçário 1	Canja	Escondidinho de batata com carne desfiada	Pavê de Aniversário de maga com coco e suco de melancia com hortelã	Canja	SALADA DE FRUTAS
	Berçário 2 e Maternais	Pão com frango desfiado e suco de laranja	Quibe e suco de melancia		Crepioca a pizzaiolo e suco de laranja	
Mamadeira	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

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.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos - SEGUIR ORIENTAÇÕES ESPECÍFICAS

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. **AVEIA= INCORPORAR NA PREPARAÇÃO COM O OVO AINDA MOLE - POUCA QUANTIDADE**

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
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
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4

ACOMPANHE O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA

