



Cardápio de Setembro



EDUCAÇÃO INFANTIL		BERÇÁRIO e MATERNAL		ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022		
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA 05/09/2022	TERÇA-FEIRA 06/09/2022	QUARTA-FEIRA 07/09/2022	QUINTA-FEIRA 08/09/2022	SEXTA-FEIRA 09/09/2022
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	FERIADO	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Maçã Cozida	Pera cozida		Mamão	Pera
	Berçário 2 e Maternais	Leite com maçã e biscoito com requeijão	Suco de laranja com cenoura e ovo mexido		Suco de mamão e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com abacaxi e biscoito com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango, cenoura, espinafre e tomate	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada, mandioquinha, couve e tomate.		Feijão, Arroz, frango, batata, cenoura, acelga e cheiro verde	Feijão, arroz, carne desfiada, batata, cenoura chicória e tomate
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão com peito de frango, espinafre e tomate. Salada de beterraba cozida. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioquinha e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja		Arroz, feijão, frango com cenoura com cheiro verde. Salada de acelga.. Mexirica	Arroz, feijão, isca de carne com batata e cenoura. Salada de alface. Maçã
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Creme de mandioquinha com cheiro verde	CANJA		CANJA	Cuscuz de frango com legumes (vagem, cenoura e tomate)
	Berçário 2 e Maternais					
SAÍDA	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.

OBS: O horário da Alimentação Escolar é variável dentro das modalidades de ensino uma vez que é estipulado pelas escolas não sendo considerada a proposta sugerida do RT.

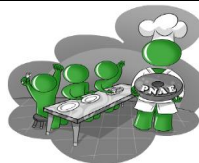
Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Fibras (g)	Vitaminas (µg)		Minerais (mg)			
						A	C	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



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



Cardápio de Setembro



EDUCAÇÃO INFANTIL		BERÇÁRIO e MATERNAL		ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022		
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA 12/09/2022	TERÇA-FEIRA 13/09/2022	QUARTA-FEIRA 14/09/2022	QUINTA-FEIRA 15/09/2022	SEXTA-FEIRA 16/09/2022
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Banana cozida	Maçã cozida	Pera	Banana nanica amassada	Mamão
	Berçário 2 e Maternais	Suco de abacaxi e ovo mexido com aveia (incorporada)*	Suco de laranja com maçã e pão de leite com requeijão	Suco de abacaxi com pera e ovo mexido com aveia (pouca)	Vitamina de banana nanica e biscoito	Suco de mamão e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, Arroz, frango com batata, chuchu, repolho, tomate e cheiro verde	Feijão, arroz, frango desfiado, batata, cenoura, brócolis e cheiro verde.	Feijão, arroz, carne desfiada, abobrinha, cenoura e chicória	Feijão, arroz, carne suína desfiada, couve-flor, cenoura, tomate e couve manteiga.	Arroz, Polenta mole, frango desfiado, vagem, cenoura, acelga e cheiro verde.
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, omelete colorido com cenoura, tomate e cheiro verde. Salada de Repolho. Mexirica	Arroz, feijão, frangocom brócolis. Salada de cenoura ralada. Abacaxi	Arroz, feijão isca de carne com abobrinha e cenoura. Salada de alface. Mexirica	Arroz, feijão, carne suína com couve-flor e cheiro verde. Salada de beterraba. Maçã	Arroz, Polenta, frango desfiado com vagem e cenoura. Salada de acelga com cheiro verde. Laranja
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Torta Paulista (batata doce com frango desfiado cremoso com cheiro verde)	Polenta com carne desfiada	CANJA	Creme de mandioquinha	CANJA
	Berçário 2 e Maternais					
SAÍDA	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= INCORPARAR NA PREPARAÇÃO COM O OVO AINDA MOLE - POUCA QUANTIDADE**

OBS: O horário da Alimentação Escolar é variável dentro das modalidades de ensino uma vez que é estipulado pelas escolas não sendo considerada a proposta sugerida do RT.

Idade	Média nutricional semanal										
	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	Média nutricional semanal										
	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



Cardápio de Setembro



EDUCAÇÃO INFANTIL		BERÇÁRIO e MATERNAL		ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022		
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA 19/09/2022	TERÇA-FEIRA 20/09/2022	QUARTA-FEIRA 21/09/2022	QUINTA-FEIRA 22/09/2022	SEXTA-FEIRA 23/09/2022
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Pera cozida	Melão	Mamão	Maçã	Banana nanica
	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja e biscoito com requeijão	Suco de melão com laranja e pão de leite com manteiga	Vitamina de mamão e pão de leite com requeijão	Suco de maçã com laranja e pão de leite com patê de ovo	Vitamina de banana e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango desfiado, batata, abobrinha, couve e tomate	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada, batata doce e couve.	Lentilha, arroz, carne desfiada, mandioquinha, repolho, tomate e cheiro verde	Arroz, polenta mole, frango, cenoura, couve-flore espinafre.	Feijão, arroz, carne desfiada, mandioca, acelga e tomate
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, Feijão, peito de frango com abobrinha e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com couve menteiga. Salada de pepino. Laranja	Arroz, lentilha, carne desfiada com mandioquinha e cheiro verde. Salada de Alface. Banana prata	Arroz, Polenta com frango cremoso com cenoura. Salada de couve-flor e cheiro verde. Melão	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca e cheiro verde. Salada de Alface. Laranja
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Cuscuz de legumes (cenoura, espinafre, vagem e tomate)	CANJA	SALADA DE FRUTAS	Torta paulista (purê de batata com carne moída)	CANJA
	Berçário 2 e Maternais					
SAÍDA	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.

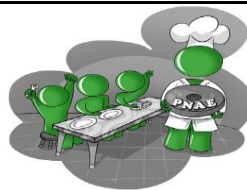
Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos)

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



Cardápio de Setembro



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

EDUCAÇÃO INFANTIL		BERÇÁRIO e MATERNAL		ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022		
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA 26/09/2022	TERÇA-FEIRA 27/09/2022	QUARTA-FEIRA 28/09/2022	QUINTA-FEIRA 29/09/2022	SEXTA-FEIRA 30/09/2022
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	PLANEJAMENTO
COLAÇÃO	Berçário 1	Maça Cozida	Banana Cozida	Banana Prata	Mexerica	
	Berçário 2 e Maternais	Suco de maçã e ovo mexido com aveia	Salada de frutas	Suco de laranja com beterraba e pão de leite com requeijão	Suco de abacaxi com hortelã e pão de leite com manteiga	
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango desfiado, chuchu, cenoura, tomate e acelga.	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada, abóbora, repolho e cheiro verde	Feijão, arroz, carne desfiada, cenoura, chuchu e escarola	Feijão, arroz, frango, batata, abobrinha, couve e tomate	
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, peito de frango com chuchu, cenoura e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de repolho. Mexerica	Arroz, Feijão, carne desfiada com cenoura e cheiro verde. Salada de alface. Banana prata	Arroz, feijão, frango com batata cremoso e cheiro verde. Salada de acelga. Laranja	
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	CANJA	Polenta com frango	CANJA	Pavê de Aniversário de abacaxi com coco e Suco de laranja com maçã	
	Berçário 2 e Maternais					
SAÍDA	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 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.

*Pavê de Aniversário: camadas intercaladas de creme de maisena feito com leite em pó e coco ralado intercalado com abacaxi (creme, fruta, creme, fruta)