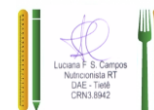




# CARDÁPIO DE JUNHO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2023

Emeb Aparício - Emeb Artemisia - 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
		05/06/2023	06/06/2023	07/06/2023	08/06/2023	09/06/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	FERIADO	
COLAÇÃO	Berçário 1	Pera cozida	Melão	Mamão		
	Berçário 2 e Maternais	Leite e biscoito integral com manteiga	Suco de laranja com melão e pão de leite com requeijão	Vitamina de mamão e pão de leite com manteiga		
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango desfiado, batata, couve e tomate	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada, mandioca, repolho, tomate e cheiro verde.	Macarrão aletria, carne desfiada, ao molho de tomate com cheiro verde.		
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, Feijão, peito de frango com batata e cheiro verde. Salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja	Macarrão aletria ao molho de tomate natural com carne desfiada. Salada de acelga. Maçã		
LANCHE DA TARDE	Berçários	CUSCUZ DE LEGUMES (cenoura, tomate, vagem, cheiro verde e ovo cozido e Suco de Laranja)	CANJA	CREME DE ERVILHA com cenoura e frango desfiado		
	Maternais					
SAÍDA	Opcional	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 com abacate

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.\* TORTA: MASSA-MEIAR AVEIA COM TRIGO

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.

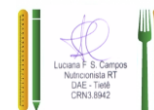
Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas (µg)		Minerais (mg)			
						A	C	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



FAZER O BRANQUEAMENTO DOS LEGUMES PARA USO PÓS FERIADO



# CARDÁPIO DE JUNHO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2023

Emeb Aparício - Emeb Artemisia - 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
		12/06/2023	13/06/2023	14/06/2023	15/06/2023	16/06/2023
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 laranja com maçã e biscoito integral com requeijão	Suco de laranja com maçã e pão francês com manteiga	Suco de Laranja com pera e pão de leite com requeijão	Leite enriquecido com banana e biscoito cream cracker	Leite enriquecido com mamão e pão francês com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1	Arroz, polenta, carne moída com brócolis, tomate e acelga em rodelinhas	Feijão, Arroz, carne desfiada, mandioca, espinafre e tomate.	Feijão, arroz, carne suína desfiada, batata doce, couve e tomate.	Feijão, Arroz, frango desfiado, abobrinha, cenoura, tomate e cheiro verde	Macarrão aletria com carne desfiada, beterraba, cenoura, vagem e tomate
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, polenta a bolonhesa. Salada de acelga. Laranja	Arroz, feijão, carne com mandioca e cheiro verde. Salada de pepino. Melão	Arroz, Feijão, carne suína com batata doce e couve refogada. Salada de chuchu com cheiro verde. Banana	Arroz, Feijão, frango com abobrinha e cenoura Salada de tomate. Laranja	Macarrão aletria com carne desfiada e vagem ao molho rosê. Salada mista de cenoura e beterraba raladas. Maçã
LANCHE DA TARDE	Berçários	SOPA DE FEIJÃO com macarrão argolinha	CALDO DE LEGUMES (batido)	CANJA	CREME DE ABÓBORA com carne desfiada	CANJA
	Maternais		TORTA DE LEGUMES (abobrinha, cenoura, espinafre, tomate e cheiro verde)			
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 com abacate

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.\* TORTA: MASSA-MEIAR AVEIA COM TRIGO

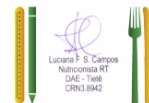
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

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





# CARDÁPIO DE JUNHO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2023

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 19/06/2023	TERÇA-FEIRA 20/06/2023	QUARTA-FEIRA 21/06/2023	QUINTA-FEIRA 22/06/2023	SEXTA-FEIRA 23/06/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Pera Cozida	Melão	Banana nanica cozida	Maçã cozida	Mingau de maisena com leite enriquecido
	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja lima com pera e biscoito integral com requeijão	Suco de Melão e pão francês com manteiga	Leite enriquecido com banana e pão de leite com requeijão	Suco de maçã com melão e pão de leite com manteiga	Leite enriquecido com cacau e canela (1 pitada de cada)ã e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Lentilha, Arroz, frango desfiado, abóbora, espinafre e tomate	Feijão, Arroz, carne desfiada, batata, chuchu, acelga e cheiro verde	Macarrão aletria com peito de frango, batata, cenoura, brócolis e tomate	Lentilha, arroz, carne suína desfiada, mandioquinha, couve e tomate.	SOPA DE FEIJÃO com macarrão argolinha, cenoura e cheiro verde. Mamão
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, Letilha, omelete de forno colorido com cenoura, tomate e espinafre. Salada de Pepino. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com batata, e cheiro verde. Salada de acelga. Laranja	Macarrão aletria com peito de frango, brócolis e tomate. Salada de cenoura ralada. Maçã	Arroz, lentilha com carne suína e purê de mandioquinha. Salada de tomate. Banana	
LANCHE DA TARDE	Berçários	PAVÊ DE BANANA e Suco de Laranja	CANJA	SOPA DE MANDIOCA CREMOSA	CANJA	SOPA DE MILHO
	Maternais					
SÁIDA	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 com abacate

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. \* TORTA: MASSA=MEIAR AVEIA COM TRIGO

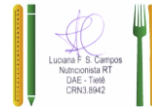
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas A (µg) C (mg)		Minerais (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 JUNHO



EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHES = Berçários e Maternais

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2023

Emeb Aparício - Emeb Artemisia - 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
		26/06/2023	27/06/2023	28/06/2023	29/06/2023	30/06/2023
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Pera cozida	Maçã cozida	Banana nanica amassada	Melão	Mamão
	Berçário 2 e Maternais	Suco de pera com laranja e ovo mexido com biscoito integral	Leite enriquecido com maçã e pão de leite com requeijão	Vitamina com laranja, maçã e banana e pão francês com manteiga	Suco de melão com hortelã e pão de leite com requeijão	Leite enriquecido com mamão e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Macarrão aletria com espinafre, cenoura, abobrinha e tomate	Feijão, arroz carne desfiada, brócolos, chuchu e tomate.	Feijão, arroz, carne suína desfiada. beterraba, cenoura, repolho e cheiro verde	Feijão, arroz, carne desfiada, couve-flor, acelga, tomate e cheiro verde.	Arroz, polenta com carne desfiada, cenoura, vagem e tomate
	Berçário 2 e Maternais	Macarrão aletria com espinafre, cenoura, abobrinha e tomate. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com batata e chuchu. Salada de cenoura ralada. Laranja	Arroz, feijão, virado de repolho com carne suína.. Salada de beterraba cozida. Banana	Arroz, feijão, carne desfiada com couve-flor e cheiro verde. Salada de brócolos. Maçã	Arroz, polenta a bolonhesa com vagem em rodelinhas. Salada de repolho colorido. Laranja
LANCHE DA TARDE	Berçários	Cuscuz de Frango com legumes e Suco de Laranja	CALDO VERDE (creme de batata/couve e frango desfiado)	CANJA	CREME DE MANDIOQUINHA	BOLO DE ANIVERSÁRIO Banana com Cacau e Suco de abacaxi
	Maternais					
SAÍDA	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) \*Patê = com ricota - Alérgicos: sem ricota com abacate

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.\* TORTA: MASSA-MEIAR AVEIA COM TRIGO

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.

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



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