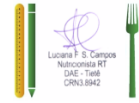


TODA SEGUNDA-FEIRA, DEVEM SER PREPARADOS OS PURÊS PARA ADOÇAR, SEMANALMENTE, LEITES, SUÇOS E DEMAIS PREPARAÇÕES, NOS SABORES BANANA, MAÇÃ, MANGA E PÊRA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS.



Plantão de Férias_Janeiro



EDUCAÇÃO INFANTIL		BERÇÁRIO e MATERNAL		ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2024		
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA 08/01/2024	TERÇA-FEIRA 09/01/2024	QUARTA-FEIRA 10/01/2024	QUINTA-FEIRA 11/01/2024	SEXTA-FEIRA 12/01/2024
MAMADEIRA	Entrada	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	MAÇÃ Cozida	PERA Cozida	GOIABA	MANGA	BANANA PRATA
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 2 e Maternais	Leite enriquecido com maçã e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com pera e pão de leite com manteiga	Suco de melância e biscoito com ovo mexido	Suco de manga e pão de queijo (pré-preparado)	Vitamina de banana com leite soy e biscoito*
ALMOÇO	B1 e B2	Arroz, feijão, ovo mexido com cenoura ralada, tomate e espinafre. Beterraba cozida	Arroz, polenta mole, carne moída ao molho natural de tomate, brócolis e couve flor cozidos	Feijão preto, arroz, carne suína desfiada com couve refogada, purê de abóbora. Tomate	Arroz com cenoura e brócolis. Macarrão aletria ao sugo com frango desfiado e brócolis.	Feijão, Arroz, carne desfiada com cenoura, abobrinha e cheiro verde, acelga refogada Tomate
	Maternais	Arroz, Feijão, omelete de forno com cenoura, tomate e espinafre. Salada de beterraba cozida com cheiro verde. Bananada	Arroz, Polenta a bolonhesa com molho de tomate natural. Salada mista de brocolis com couve-flor. Laranja	Arroz, feijão preto com carne suína desfiada, purê de abóbora e couve refogada. Salada de tomate. Laranja	Arroz, Macarrão aletria com frango desfiado ao sugo natural e queijo ralado. Salada de cenoura com brócolis	Arroz, feijão, isca de carne com abobrinha, viradinho de acelga com cheiro verde. Salada de pepino com tomate
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	Escondidinho de batata com carne moída e Suco de Melancia	CANJA	PAVÊ de BANANA (nanica) com creme de coco	Escondidinho de mandioca com carne moída e suco de melancia	SALADA DE FRUTAS AMARELAS (Abacaxi/ Bananas/ Laranja/ manga e um toque de maracujá)
	Maternais		Quibe de frango e Vitamina de frutas (sem leite)			
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.

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





Plantão de Férias_Janeiro





Luciana F. S. Campos
Nutricionista RT
DAE: 7848
CRN3: 8942

EDUCAÇÃO INFANTIL	BERÇÁRIO e MATERNAL	ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2024
--------------------------	----------------------------	------------------------------------------

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		15/01/2024	16/01/2024	17/01/2024	18/01/2024	19/01/2024
MAMADEIRA	Entrada	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	GOIABA COZIDA (papa)	Mingau de maisena com leite enriquecido e coco	Abacate amassado com purê de pêra	Mamão	Banana Prata
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 2 e Maternais	Suco da laranja com goiaba e biscoito integral com requeijão	Suco de laranja com cenoura e ovo mexido com biscoito*	Leite enriquecido com abacate, adoçado com purê de pera e pão de leite com manteiga	Suco de mamão com laranja e biscoito com ovo mexido	Leite enriquecido com banana e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, Arroz, carne moída com batata doce e cheiro verde. Couve -flor cozida. Tomate	Lentilha com carne suína desfiada, arroz, purê de mandioca, Couve refogada. Tomate	Feijão, arroz, carne desfiada com abobrinha, purê de mandioquinha e Brócolis cozido.	Arroz, Polenta mole com frango desfiado com espinafre ao sugo natural e chuchu cozido com cenoura	Arroz com cenoura e vagem Macarrão aletria com carne moída ao sugo natural. Brócolis cozido
	Maternais	Arroz, feijão, carne moída com batata doce e couve flor com cheiro verde Salada de acelga com tomate. Laranja	Arroz, lentilha com carne suína desfiada, purê de mandioca. Couve refogada. Tomate. Melancia	Arroz, feijão, isca de carne com mandioquinha. Salada de abobrinha com tomate. Banana Prata	Arroz, Polenta, Frango desfiado com espinafre ao sugo natural. Salada de chuchu com cheiro verde. Pera	Arroz com cenoura e vagem em rodelinhas. Macarrão parafuso a bolonhesa com queijo ralado. Salada de brócolis. Abacaxi
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	OVO MEXIDO COLORIDO (cenoura/brócolis/tomate)	CANJA	DANONINHO (manga com batata doce)	Feijão com macarrão argolinha e cheiro verde	GRÃO DE BICO (com frango desfiado e cheiro verde)
	Maternais	CREPIOCA com tomate, brócolis e queijo ralado. Suco de abacaxi	Torta de frango desfiado com cenoura e cheiro verde. Suco de goiada	Bolo de Maçã (massa de aveia) e Suco de manga com maracujá	Quibe de abóbora com recheio de carne moída e Suco de abacaxi com hortelã	Pão de Queijo e Vitamina de frutas (maçã/banana/mamão) com leite enriquecido/soy
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 conhecer novos sabores e texturas.

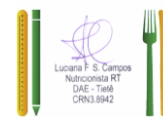
Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

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





Plantão de Férias_Janeiro



EDUCAÇÃO INFANTIL		BERÇÁRIO e MATERNAL		ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2024		
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA 22/01/2024	TERÇA-FEIRA 23/01/2024	QUARTA-FEIRA 24/01/2024	QUINTA-FEIRA 25/01/2024	SEXTA-FEIRA 26/01/2024
MAMADEIRA	Entrada	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Pera cozida	Melão	Banana Prata	Manga	Mamão
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja com pera e ovo mexido com biscoito	Suco de melão com maçã (purê) e pão de leite com manteiga	Leite com banana e cacau e pão de leite com requeijão	Suco de manga com laranja e pão de leite com manteiga	Suco de mamão e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	B1 e B2	Feijão, Arroz, frango de panela com cenoura e abobrinha, acelga refogada. Tomate	Feijão, arroz, carne desfiada com berinjela e , purê de batata. Beterraba cozida	Arroz, macarrão (pai nosso) com frango desfiado e cenoura ralada, tomate e espinafre.	Feijão Preto, arroz, carne suína desfiada com couve, purê de mandioca. Tomate	Arroz, Polenta mole, carne desfiada com brócolis ao sugo natural. Couve flor cozida.
	Maternais	Arroz, Feijão, frango de panela com cenoura, abobrinha, tomate e cheiro verde. Salada de acelga. Goiaba	Arroz, feijão, carne cubos com berinjela e batata. Salada de beterraba cozida com cheiro verde. Mexirica	Arroz, Macarrão parafuso com frango desfiado e cenoura ralada com molho de espinafre. Salada de alface. Melancia	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde. Couve refogada. Salada de tomate. Banana	Arroz, Polenta com carne cubos ao molho de tomate. Salada mista de brócolis com couve-flor. Melão
LANCHE DA TARDE	B1 e B2	Macarrão argolinha com carne moída, tomate e espinafre	SALADA DE FRUTAS AMARELAS servir com creme de coco	CANJA	SALADA DE FRUTAS	Mingau de maisena com leite enriquecido e banana cozida
	Maternais	Pão de leite com carne moída ao sugo natural e Suco de melancia com limão		Torta de Frango com abobrinha e cheiro verde (massa de aveia). Suco de laranja com maracujá	SAGU DE ABACAXI COM MAÇÃ	Bolo de Aniversário (banana com cacau e massa de aveia) e Suco de abacaxi com 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

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.

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	330	25	380	8	200	4

