



38ª semana	04/11 - SEGUNDA	05/11 - TERÇA	06/11 - QUARTA	07/11 - QUINTA	08/11 - SEXTA	
TURNO INTEGRAL Kcal: 599,65 Ptn: 35 Lip: 21 Cho: 67 Ca: 415,72 Fe: 5,39 Vit. A: 1415,89 Vit. C: 15,06	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula melão picadinho	Leite/Fórmula melancia picadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula melão picadinho
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Moranga Ovo cozido Alface roxa Melão	Galinhada (com peito de frango) Feijão carioca Repolho verde	Mix de massa parafuso (normal e integral) Carne moída bovina Feijão preto Cenoura	Arroz parboilizado Feijão preto Fígado da Carrossel* Alface roxa	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina Repolho verde
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula melão picadinho	Leite/Fórmula melancia picadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula melão picadinho
	JANTAR 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Moranga Ovo cozido Alface roxa Melão	Galinhada (com peito de frango) Feijão carioca Repolho verde	Mix de massa parafuso (normal e integral) Carne moída bovina Feijão preto Cenoura	Arroz parboilizado Feijão preto Fígado da Carrossel* Alface roxa	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina Repolho verde

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.

*Resolução 6/2020 - Art. 18: É PROIBIDA a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.



39ª semana	11/11 - SEGUNDA	12/11 - TERÇA	13/11 - QUARTA	14/11 - QUINTA	15/11 - SEXTA
TURNO INTEGRAL Kcal: 622,09 Ptn: 37 Lip: 20 Cho: 75 Ca: 410,23 Fe: 4,65 Vit. A: 177,84 Vit. C: 21,09	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20 Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha	FERIADO
	ALMOÇO 10h30 Arroz parboilizado Feijão preto Aipim Ovo cozido Chuchu Melão	Massa espaguete com molho Branco e espinafre carne moída Feijão preto	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango desfiado Repolho verde	Carreteiro (cubos bovinos) Lentilha Chuchu	
	LANCHE 13h30 Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha	
	JANTAR 16h30 Arroz parboilizado Feijão preto Aipim Ovo cozido Chuchu Melão	Massa espaguete com molho Branco e espinafre carne moída Feijão preto	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango desfiado Repolho verde	Carreteiro (cubos bovinos) Lentilha Chuchu	

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). **ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.**

*Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.



40ª semana	18/11 - SEGUNDA	19/11 - TERÇA	20/11 - QUARTA	21/11 - QUINTA	22/11 - SEXTA	
TURNO INTEGRAL Kcal: 627,76 Ptn: 36 Lip: 22 Cho: 74 Ca: 376,56 Fe: 4,66 Vit. A: 301,46 Vit. C: 23,53	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha	
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce Ovo cozido Beterraba Abacaxi	Mix de massa parafuso (normal e integral) Carne moída bovina Feijão preto Chuchu	FERIADO	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango desfiado Alface	Arroz parboilizado Feijão carioca Carne moída bovina Pepino e chuchu
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	FERIADO	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	JANTAR 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce Ovo cozido Beterraba Abacaxi	Mix de massa parafuso (normal e integral) Carne moída bovina Feijão preto Chuchu	FERIADO	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango desfiado Alface	Arroz parboilizado Feijão carioca Carne moída bovina Pepino e chuchu

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). **ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.**

*Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até **3 anos de idade**.



41ª semana	25/11 - SEGUNDA	26/11 - TERÇA	27/11 - QUARTA	28/11 - QUINTA	29/11 - SEXTA	
TURNO INTEGRAL Kcal: 625,53 Ptn: 38 Lip: 21 Cho: 71 Ca: 418,51 Fe: 4,33 Vit. A: 148,09 Vit. C: 29,33	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Mamão amassadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Aipim Ovo cozido Chuchu Melão	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina Alface roxa	Massa espaguete com molho de carne moída de frango Feijão preto Repolho verde	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Cenoura	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Chuchu
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Mamão amassadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	JANTAR 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Aipim Ovo cozido Chuchu Melão	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina Alface roxa	Massa espaguete com molho de carne moída de frango Feijão preto Repolho verde	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Cenoura	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Chuchu

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciência do nutricionista. Segunda sem carne.

*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). **ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.**

*Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até **3 anos de idade**.

TEXTURA DOS ALIMENTOS

De 6 a 8 meses: amassado com gruminhos. Todos os alimentos oferecidos para essa idade devem ter a consistência pastosa.

Não oferecer o que não é capaz de ser amassado.



9 meses: picadinho.



A partir dos 11 meses: alimentação em consistência da família.



The background of the entire page is a repeating pattern of various fruits including pineapples, grapes, strawberries, bananas, pears, and apples, interspersed with small colored dots and halftone patterns.

RECEITAS DO MÊS

Fígado da Carrossel

<https://youtube.com/@setordenutricaoosmecapaodac9437>

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

Para estudantes com necessidade de alimentação especial, o Setor de Nutrição deve ser informado via 1doc com o laudo da doença (diabetes, hipertensão, intolerância à lactose, alergia ao leite, etc) e demais informações necessárias para formular as adaptações no cardápio após combinações com a família/responsável do estudante. Além disso, temos o material “Necessidades Alimentares Especiais - caderno de referência para escolas municipais de Capão da Canoa”, um guia para que a comunidade escolar conheça e entenda sobre o assunto.