



25ª semana	05/08 - SEGUNDA	06/08 - TERÇA	07/08 - QUARTA	08/08 - QUINTA	09/08 - SEXTA	
TURNO INTEGRAL Kcal: 524,87 Ptn: 31 g Lip: 19 g Cho: 59 g Ca: 404,89 mg Fe: 3,38 mg Vit. A: 283,74 mcg Vit. C: 37,54 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Mamão amassadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce cozida ovo cozido Alface picadinha Laranja	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Mix de repolho verde e roxo refogados	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Tomate	Polenta recheada com peito de frango desfiado Feijão preto Pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina Alface picadinha
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Mamão amassadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce cozida ovo cozido Alface picadinha Laranja	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Mix de repolho verde e roxo refogados	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Tomate	Polenta recheada com peito de frango desfiado Feijão preto Pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina Alface picadinha

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**.



26ª semana	12/08 - SEGUNDA	13/08 - TERÇA	14/08 - QUARTA	15/08 - QUINTA	16/08 - SEXTA
TURNO INTEGRAL Kcal: 507,11 Ptn: 32 g Lip: 18 g Cho: 55 g Ca: 430,83 mg Fe: 3,61 mg Vit. A: 225,04 mcg Vit. C: 46,35 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20 Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Laranja umbigo picadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	ALMOÇO 10h30 Arroz parboilizado Feijão preto Purê de moranga ovo cozido Repolho verde	Sopa de legumes (moranga, abobrinha, espinafre, brócolis, couve-flor, chuchu) com massa de letrinhas e peito de frango	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Mix de brócolis e couve-flor	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão carioca Chuchu	Massa espaguete com molho branco e espinafre Feijão preto Carne moída bovina Abobrinha
	LANCHE 13h30 Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Laranja umbigo picadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	CAFÉ DA TARDE 16h30 Arroz parboilizado Feijão preto Purê de moranga ovo cozido Repolho verde	Sopa de legumes (moranga, abobrinha, espinafre, brócolis, couve-flor, chuchu) com massa de letrinhas e peito de frango	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Mix de brócolis e couve-flor	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão carioca Chuchu	Massa espaguete com molho branco e espinafre Feijão preto Carne moída bovina Abobrinha

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**.



27ª semana	19/08 - SEGUNDA	20/08 - TERÇA	21/08 - QUARTA	22/08 - QUINTA	23/08 - SEXTA	
TURNO INTEGRAL Kcal: 600,97 Ptn: 35 g Lip: 21 g Cho: 69 g Ca: 421,81 mg Fe: 3,78 mg Vit. A: 157,65 mcg Vit. C: 40,10 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Abacaxi picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinho
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata doce Ovo cozido Tomate Laranja	Polenta recheada com peito de frango desfiado Feijão preto Repolho roxo	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Mix de brócolis e couve-flor	Massa parafuso mix (normal + colorida + integral) Feijão preto Carne moída bovina Alface e cebola	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Alface
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Abacaxi picadinho	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinho
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata doce Ovo cozido Tomate Laranja	Polenta recheada com peito de frango desfiado Feijão preto Repolho roxo	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Mix de brócolis e couve-flor	Massa parafuso mix (normal + colorida + integral) Feijão preto Carne moída bovina Alface e cebola	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Alface

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**.



28ª semana		26/08 - SEGUNDA	27/08 - TERÇA	28/08 - QUARTA	29/08 - QUINTA	30/08 - SEXTA
TURNO INTEGRAL Kcal: 608,07 Ptn: 33 g Lip: 20 g Cho: 75 g Ca: 425,77 mg Fe: 4,99 mg Vit. A: 939,69 mcg Vit. C: 39,80 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Laranja umbigo picadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Lentilha Aipim cozido Ovo cozido Abobrinha Laranja	Arroz parboilizado Feijão preto Fígado da Carrossel* Repolho verde	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Tomate	Massa espaguete Feijão preto Carne moída bovina Beterraba ralada	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Repolho verde
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassadinha	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Laranja umbigo picadinha	Leite/Fórmula Banana amassadinha
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Lentilha Aipim cozido Ovo cozido Abobrinha Laranja	Arroz parboilizado Feijão preto Fígado da Carrossel* Repolho verde	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Tomate	Massa espaguete Feijão preto Carne moída bovina Beterraba ralada	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto 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 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.



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.

