



Maio/2024

12ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	06/05	07/05	08/05	09/05	10/05	
TURN INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Manga picadinha	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Manga picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos mexidos Salada de repolho verde refogado e tomate picadinho	Carreteiro (com cubos bovino) Feijão carioca Torta de legumes Salada de alface picadinha	Polenta cremosa Feijão preto Fígado da Carrossel* Repolho verde e chuchu refogados	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Omelete da Ana Bauer* Salada de cenoura cozida e tomate picadinho	Galinhada (peito de frango) Feijão preto Salada de couve-flor e brócolis cozidos picadinho
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Manga picadinha	Leite/Fórmula Maçã raspadinha	Leite/Fórmula Manga picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos mexidos Salada de repolho verde refogado e tomate picadinho	Carreteiro (com cubos bovino) Feijão carioca Salada de alface picadinha	Polenta cremosa Feijão preto Fígado da Carrossel* Repolho verde e chuchu refogados	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Salada de cenoura cozida e tomate picadinho	Galinhada (peito de frango) Salada de couve-flor e brócolis cozidos picadinho

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**.



Maio/2024

13ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	13/05	14/05	15/05	16/05	17/05	
TURNO INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassada
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovo cozido Salada tomate e alface picadinhos	Carreteiro (com cubos suínos) Lentilha Salada repolho roxo refogado	Espaguete ao molho vermelho Feijão preto Coxa assada desfiada Salada rúcula picadinha	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce cozida Ovos mexidos Salada de pepino e tomate picadinhos	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango ao molho vermelho Salada de Alface picadinha
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassada
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovo cozido Salada tomate e alface picadinhos	Sopa de lentilha com cubos suínos Salada de repolho roxo refogado	Espaguete ao molho vermelho Feijão preto Coxa assada desfiada Salada rúcula picadinha	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Ovo picado Salada de pepino e tomate picadinhos	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango ao molho vermelho Salada de Alface picadinho

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.



Maio/2024

14ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	20/05	21/05	22/05	23/05	24/05	
TURN INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos mexidos Aipim cozido Couve folha refogadinha	Arroz parboilizado Feijão preto Fricassê de peito de frango Salada de alface picadinha	Feijão preto Massa parafuso mix (tricolor + integral) com molho de carne moída (bovina) Salada de tomate picadinho	Arroz parboilizado Feijão preto Aipim cozido Ovos cozidos Salada de beterraba e cenoura cozidos	Arroz com galinha (coxa de frango desfiada) Feijão preto Salada de repolho e chuchu cozidos
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Melão picadinho	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos cozidos Aipim cozido Couve folha refogadinha	Arroz com galinha (peito de frango) Salada de alface picadinha	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Carne moída (bovina) Salada de tomate picadinho	Aipim cozido, feijão preto, ovo picado Salada de beterraba e cenoura cozidos	Arroz com galinha (coxa de frango desfiada) Salada de repolho e chuchu cozidos

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.



Maio/2024

15ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	27/05	28/05	29/05	30/05	31/05	
TURN INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada		
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos cozidos Salada de repolho verde refogado e tomate picadinho	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída de frango Salada de alface picadinha	Arroz parboilizado Feijão preto Galeto assado (coxa) Batata doce cozida Salada de repolho refogado e tomate picadinho	FERIADO	FERIADO
	LANCHE 13h30	Leite/Fórmula Banana amassada	Leite/Fórmula Bergamota picadinha	Leite/Fórmula Banana amassada		
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos cozidos Salada de repolho verde refogado e tomate picadinho	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Carne moída de frango Salada de alface picadinha	Arroz parboilizado Feijão preto Galeto assado (coxa) Batata doce cozida Salada de repolho refogado e tomate picadinho		

*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NAO PODE açucarados, 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**.



RECEITAS DO MÊS


Fígado da Carrossel

Omelete da Ana Bauer

<https://youtube.com/@setordenutricaoismecapaodac9437>

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.



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.

