


PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DAS PALMEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL
SEMANA 06 a 10/10

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM 8:00h 	Pão de queijo e leite com cacau puro ou iogurte com banana	Pão integral Patê de frango Chá natura Fruta	Pão de batata com omelete Chá de erva doce natural Fruta	Tapuoca com ovos Leite com cacau Maça	Fruta Pão de milho e nata Leite com frutas
ALMOÇO 10:30h	Arroz/Feijão Nhoque de batata com molho de carne moída ou bovina Saladas	Arroz/feijão Carne de suína assada com Batata Saladas	Arroz/feijão Macarrão com molho de frango e cenoura Saladas	Arroz/feijão Mandioca carne ou escondidinho com carne moída Saladas	Arroz/lentilha Polenta com molho de carne bovina Saladas
LANCHE 13:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR 15:30h	Polenta com molho de carne frango ou moída e salada	Vaca atolada Salada	Carreteiro Com carne bovina Salada	Quibe assado ou molho de carne bovina arroz colorido Salada	Galinhada Salada


PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DAS PALMEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL
SEMANA 13 a 17/10

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM 8:00h 	Pão de queijo e leite com cacau puro	Pão integral com patê de frango Chá natural Fruta		Torta salgada com legumes, carne de frango e chá natural Fruta	Pão de milho ou cenoura com nata Ou batata assada Leite com cacau ou frutas
ALMOÇO 10:30h	Arroz/feijão Carne moída e canjiquinha Saladas	Arroz/Feijão Carne bovina ao molho com legumes e mandioca Saladas		Arroz/feijão Nhoque com molho de frango e cenoura Salada de grão de bico	Arroz/Feijão Refogado com legumes e carne moída Saladas
LANCHE 13:00h	Fruta	Fruta		Fruta	Fruta
JANTAR 15:30h	Galinhada Salada	Polenta com molho de carne frango ou moída e salada		Macarronada Salada	Sopa de feijão com legumes e carne frango ou bovina

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DAS PALMEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL
SEMANA 20 A 24/10

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM 8:00 h 	Pão de queijo e leite com cacau puro	Pão integral Patê de frango Chá natural Fruta	Bolo nutritivo sem açúcar com banana, ameixas e aveia Leite com cacau Fruta	Tapioca Leite com cacau Maça	Fruta Pão de milho e nata Leite com cacau ou fruta
ALMOÇO 10:30h	Arroz/Feijão Nhoque de batata com molho de carne bovina Saladas	Arroz/feijão Macarrão com molho de frango e cenoura Saladas	Arroz/Feijão Ovos cozidos com batata inglesa e temperos Saladas	Arroz/feijão Macarrão com molho de frango e cenoura Saladas	Arroz/lentilha Polenta com molho de carne bovina Saladas
LANCHE 13:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR 15:30h	Polenta com molho de carne frango ou moída e salada	Vaca atolada Salada	Sopa de feijão, cenoura, brócolis, batatinha, tempero verde e carne bovina.	Quibe assado ou molho de carne bovina arroz colorido Salada	Macarronada com carne de frango e salada

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DAS PALMEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL
SEMANA 27 A 31/10

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM 8:00 h 	Pão de queijo e leite com cacau puro ou iogurte com banana	Pão integral Com omelete Chá natura Fruta	Pão de milho e chá natural Fruta	Bolo salgado com cenoura, tomate, cebola, peito de frango ou carne moída ou pão de queijo e chá. natural	
ALMOÇO 10:30h	Arroz/Feijão batata inglesa com ovos cozidos e temperos Saladas	Arroz/feijão Carne de frango assada com Macarrão Saladas	Arroz/Feijão Quibe assado refogado de legumes e batata inglesa Saladas	Arroz feijão Mandioca Carne suína Salada de grão de bico Saladas	
LANCHE 13:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
JANTAR 15:30h	Polenta com molho de carne frango ou moída e salada	Vaca atolada Salada	Feijão, carne suína e arroz, salada	Carreteiro com carne bovina e aveia salada	

Simone Maristela Bach

Nutricionista CRN 4144

- O cardápio poderá sofrer alterações, conforme disponibilidade de estoque.
- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Não fornecer **açúcar** em nenhuma preparação para as crianças (adoçar quando necessário com uvas-passas e banana madura);

- **ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:**
- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito "Sem Glúten";**
- **- PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:**
- As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
- Deve-se utilizar utensílios **exclusivos** para as preparações de alimentos sem glúten;
- As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
- O macarrão sempre utilizar o de arroz;
- O arroz sempre sem glúten, o livre de maquinário;
- Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten).
- **- ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):**
- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose;**
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- **- APLV - ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:**
- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir **leite** e seus derivados e nenhum produto que contenha o **leite** e seus derivados.
- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)** o **leite** **poderá se substituído por:** suco de fruta natural, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.

