



**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DAS PALMEIRAS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL**  
**SEMANA 01 a 05/12**

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

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DAS PALMEIRAS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL  
SEMANA 08 A 12/12

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 8:00 h 	Pão de queijo e leite com cacau puro	Pão integral Patê de frango Chá natural Fruta	Tapioca Leite com cacau Fruta	Tapioca com ovos Leite com cacau Maça	Fruta Pão de milho e nata Leite com frutas
<b>ALMOÇO</b> 10:30h	Arroz/Feijão Nhoque de batata ou batata com molho de carne bovina ou moída Saladas	Arroz/feijão Macarrão com molho de frango e cenoura Saladas	Arroz/Feijão Ovos cozidos com batata inglesa e temperos Saladas	Arroz/feijão Mandioca carne ou escondidinho com carne moída Saladas	Arroz/lentilha Polenta com molho de carne bovina Saladas
<b>LANCHE</b> 13:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 15:30h	Polenta com molho de carne frango ou moída e salada	Crepioca Vitamina de banana e aveia	Sopa de feijão, cenoura, brócolis, batatinha, tempero verde e carne bovina.	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 15 A 19/12**

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



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.

