



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
DESJEJUM 8:00h 	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite
ALMOÇO 10:30h	Arroz/feijão Carne moída e canjiquinha Saladas	Arroz/Feijão Carne bovina ao molho com legumes e mandioca Saladas	Arroz/lentilha Mandioca ou batata doce molho de carne bovina 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	Fruta
	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite
JANTAR 15:30h	Galinhada Salada	Polenta com molho de carne frango ou moída e salada	Macarronada com carne de frango Salada	Bolo nutritivo Vitamina de frutas	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 08 A 12/12

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM 8:00 h 	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite
ALMOÇO 10:30h	Arroz/Feijão Batata doce ou inglesa 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 Mandioca carne suína ou escondidinho com carne moída Saladas	Arroz/lentilha Polenta com molho de carne bovina Saladas
LANCHE 13:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite
JANTAR 15:30h	Polenta com molho de carne frango ou moída e salada	Vaca atolada Salada	Galinhada Salada	Molho de carne bovina arroz colorido Salada	Sopa de feijão

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DAS PALMEIRAS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL Berçário
SEMANA 15 A 19/12

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM 8:00 h 	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite
ALMOÇO 10:30h	Arroz/Feijão batata inglesa com ovos cozidos e temperos Saladas	Arroz/feijão Carne de frango assada Macarrão Saladas	Arroz/Feijão Quibe assado refogado de legumes e batata inglesa Saladas	Arroz feijão Mandioca Carne suína Salada de grão de bico Saladas	Arroz/lentilha Polenta com molho de carne bovina Saladas
LANCHE 13:00h	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
14:00h	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite	Fórmula/leite
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	Galinhada 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.

