



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 1: ALUNOS DE 4 A 5 MESES (PERÍODO INTEGRAL)

DATA	DIA	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE 1	LANCHE 2
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO				
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO				
03/mar	Qui	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja com cenoura	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
04/mar	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco de melancia	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / couve refogada. Maçã raspada.	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado
07/mar	Seg	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / PTS refogada com espinafre / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de laranja	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
08/mar	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de goiaba	Papa: Cará / feijão carioca com louro peneirado / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Suco natural de abacaxi	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado
09/mar	Qua	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola e tomate / cenoura cozida. Pera raspada	Fórmula Infantil 1	Banana amassada
10/mar	Qui	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melão	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Mamão amassado	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
11/mar	Sex	Fórmula Infantil 1	Abacate com banana amassados	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com mandiquinha / repolho e tomate refogados. Suco natural de goiaba	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
14/mar	Seg	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / ovo mexido com abobrinha / salada de acelga. Suco natural de laranja com beterraba	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
15/mar	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com tomate / espinafre refogado. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Mamão com banana amassados
16/mar	Qua	Fórmula Infantil 1	Suco natural de goiaba	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate e manjericão / feijão carioca peneirado / frango desfiado com repolho e cheiro verde / beterraba cozida. Banana amassada	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
17/mar	Qui	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
18/mar	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melão	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola / abóbora cozida com cheiro verde. Melancia em papa	Fórmula Infantil 1	Banana amassada
21/mar	Seg	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja com cenoura	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / frango desfiado com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Melancia em papa	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
22/mar	Ter	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / escondidinho de PTS / escarola e tomate refogados. Suco natural de goiaba	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
23/mar	Qua	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado com louro / carne desfiada com cenoura / salada de alface. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Caqui em papa
24/mar	Qui	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / frango desfiado com espinafre e tomate / abobrinha refogada com cheiro verde. Maçã raspada	Fórmula Infantil 1	Banana amassada
25/mar	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melão	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / carne moída com batata / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
28/mar	Seg	Fórmula Infantil 1	Pera raspada	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cheiro verde / salada de acelga e beterraba ralada. Suco natural de laranja	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
29/mar	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	Papa: Inhamé / feijão carioca peneirado / carne desfiada com escarola / abobrinha refogada. Maçã raspada	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
30/mar	Qua	Fórmula Infantil 1	Abacate com banana amassado	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com chuchu / repolho refogado e orégano. Suco de goiaba	Fórmula Infantil 1	Banana amassada
31/mar	Qui	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melão	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne moída com batata doce / couve refogada. Mamão amassado	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	471,7	11	11,9	80	434,9	85,3	232,1	5,5	233,3

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

Emily B. F. da Mota
Nutricionista
CRN3 49087

Denise Cristina Biasuz
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar - CAE
RG 25 630 726-X

Danielli Villar
RG: 23.743.431-3
Secretária Adjunta de Educação

Marjap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 2: ALUNOS DE 6 A 12 MESES (PERÍODO INTEGRAL)

DATA	DIA	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO				
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO				
03/mar	Qui	Fórmula Infantil 2	Banana amassada	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja com cenoura	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de lentilha com tomate, cenoura e couve
04/mar	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco de melancia	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / couve refogada. Maça raspada.	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de batata com chuchu, alcega e carne moída
07/mar	Seg	Fórmula Infantil 2	Maça raspada	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / PTS refogada com espinafre / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de laranja	Fórmula Infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
08/mar	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de goiaba	Papa: Cará / feijão carioca peneirado com louro / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Suco natural de abacaxi	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de feijão com frango, batata doce e abóbora
09/mar	Qua	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola e tomate / cenoura cozida. Pera raspada	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioca com abobrinha, espinafre e carne moída
10/mar	Qui	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melão	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Mamão amassado	Fórmula Infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
11/mar	Sex	Fórmula Infantil 2	Abacate com banana amassados	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com mandioquinha / repolho e tomate refogados. Suco natural de goiaba	Fórmula Infantil 2	Creme de fubá com tomate, couve e ovo
14/mar	Seg	Fórmula Infantil 2	Melancia em papa	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / ovo mexido com abobrinha / salada de acelga. Suco natural de laranja com beterraba	Fórmula Infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
15/mar	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja	Papa: Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / espinafre refogado. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
16/mar	Qua	Fórmula Infantil 2	Suco natural de goiaba	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate e manjeriço / feijão carioca peneirado / frango desfiado com repolho e cheiro verde / beterraba cozida. Banana amassada	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de abóbora com inhame, tomate e frango desfiado
17/mar	Qui	Fórmula Infantil 2	Banana amassada	Papa: Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
18/mar	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melão	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola / abóbora cozida com cheiro verde. Melancia em papa	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de feijão com carne moída, batata e cenoura
21/mar	Seg	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja com cenoura	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / frango desfiado com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Melancia em papa	Fórmula Infantil 2	Creme de fubá com cenoura, espinafre e ovo
22/mar	Ter	Fórmula Infantil 2	Banana amassada	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / escondidinho de PTS / escarola e tomate refogados. Suco natural de goiaba	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de lentilha com tomate, cenoura e couve
23/mar	Qua	Fórmula Infantil 2	Mamão amassado	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado com louro / carne desfiada com cenoura / salada de alface. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, abóbora e frango desfiado
24/mar	Qui	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / frango desfiado com espinafre e tomate / abobrinha refogada com cheiro verde. Maça raspada	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de batata com couve, tomate e carne moída
25/mar	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melão	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado com louro / carne moída com batata / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
28/mar	Seg	Fórmula Infantil 2	Pera raspada	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cheiro verde / salada de acelga e beterraba ralada. Suco natural de laranja	Fórmula Infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
29/mar	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	Papa: Inhame / feijão carioca peneirado / carne desfiada com escarola / abobrinha refogada. Maça raspada	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata doce e abóbora
30/mar	Qua	Fórmula Infantil 2	Abacate com banana amassado	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com chuchu / repolho refogado e orégano. Suco de goiaba	Fórmula Infantil 2	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e carne moída
31/mar	Qui	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melão	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne moída com batata doce / couve refogada. Mamão amassado	Fórmula Infantil 2	Creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	550,9	17,1	18,9	78,1	589,3	78,4	279,2	4,5	398,3

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne
 Assinaturas:

Emily B. F. da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087

Denise Cristina Bidasuz
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar - CAE
 RG - 25.630.726-X

Danielli Villar
 RG: 23.743.431-3
 Secretária Adjunta de Educação

Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 3: ALUNOS DE 1 A 4 ANOS (PERÍODO INTEGRAL)

DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO			
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO			
03/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / ovo mexido com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja com cenoura	Melancia	Sopa creme de lentilha com tomate, cenoura e couve
04/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em cubos com tomate / couve refogada. Maçã	Mamão	Sopa creme de batata com chuchu, alcega e carne moída
07/mar	Seg	Leite integral com maçã e biscoito (sem açúcar)	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com espinafre / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de laranja	Melão	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
08/mar	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com cheiro verde / abobrinha cozida.	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de feijão com frango, batata doce e abóbora
09/mar	Qua	Leite integral com mamão e bisnaguinha integral com geleia	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / cenoura cozida. Pera	Banana	Creme de mandioca com abobrinha, espinafre e carne moída
10/mar	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Mamão	Maçã	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
11/mar	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com mandioquinha / salada de pepino.	Melancia	Creme de fubá com tomate, couve e ovo
14/mar	Seg	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga. Suco natural de laranja com beterraba	Maçã	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
15/mar	Ter	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata e tomate / espinafre refogado.	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
16/mar	Qua	Leite integral com achocolatado e pão de leite com margarina	Macarrão refogado com molho de tomate e manjerico / feijão carioca / frango em cubos com cheiro verde / beterraba cozida. Banana	Melão	Sopa creme de abóbora com inhame, tomate e frango desfiado
17/mar	Qui	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne em cubos com mandioca / farofa com couve.	Melancia	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
18/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abóbora cozida com cheiro verde. Melancia	Banana	Sopa creme de feijão com carne moída, batata e cenoura
21/mar	Seg	Leite integral com achocolatado e bisnaguinha com geleia	Arroz / feijão preto / frango em cubos acebolado / abóbora cozida com cheiro verde. Melancia	Melão	Creme de fubá com cenoura, espinafre e ovo
22/mar	Ter	Leite integral com maçã e biscoito integral (sem açúcar)	* Arroz / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola e tomate refogados. Suco natural de goiaba	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de lentilha com tomate, cenoura e couve
23/mar	Qua	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca com louro / carne em cubos com cenoura / salada de alface.	Caqui	Sopa creme de ervilha com arroz, abóbora e frango desfiado
24/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / abobrinha refogada com cheiro verde. Maçã	Banana	Sopa creme de batata com couve, tomate e carne moída
25/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com batata / couve refogada.	Melancia	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
28/mar	Seg	Leite integral com pera e biscoito (sem açúcar)	Arroz com cenoura / feijão carioca / ovo mexido com cheiro verde / beterraba ralada. Suco natural de laranja	Maçã	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
29/mar	Ter	Leite integral com achocolatado e pão de leite com margarina	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com cebola / abobrinha refogada. Maçã	Melão	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata doce e abóbora
30/mar	Qua	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos com chuchu / repolho refogado e orégano.	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e carne moída
31/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne moída com batata doce / couve refogada. Mamão	Melancia	Creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	849,4	28,2	25	127,9	646,2	57,1	340	4,3	650,9

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS: As preparações de leite com achocolatado e leite com café serão substituídas por leite batido com frutas variadas para menores de 02 anos.

Assinaturas:

Emily B. F. da Mota
Nutricionista
CRN3 49087

Denise Cristina Biasuz
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar - CAE
RG 25 630 726-X

Danielli Villar
RG: 23.743.431-3
Secretária Adjunta de Educação

Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 4: ALUNOS DE 3 A 4 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO	
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO	
03/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / ovo mexido com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja com cenoura
04/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em cubos com tomate / couve refogada. Maçã
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
07/mar	Seg	Leite integral com maçã e biscoito (sem açúcar)	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com espinafre / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de laranja
08/mar	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com cheiro verde / abobrinha cozida / espinafre refogado. Abacaxi
09/mar	Qua	Leite integral com mamão e bisnaguinha integral com geleia	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / cenoura cozida / escarola refogada. Pera
10/mar	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Mamão
11/mar	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com mandioquinha / salada de pepino / repolho refogado. Suco natural de goiaba
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
14/mar	Seg	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga. Suco natural de laranja com beterraba
15/mar	Ter	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata e tomate / espinafre refogado. Melancia
16/mar	Qua	Leite integral com achocolatado e pão de leite com margarina	Macarrão refogado com molho de tomate e manjeriço / feijão carioca / frango em cubos com cheiro verde / beterraba cozida / repolho refogado. Banana
17/mar	Qui	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne em cubos com mandioca / farofa com couve. Suco natural de manga
18/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abóbora cozida com cheiro verde / escarola refogada. Melancia
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
21/mar	Seg	Leite integral com achocolatado e bisnaguinha com geleia	Arroz / feijão preto / frango em cubos acebolado / abóbora cozida com cheiro verde / acelga refogada. Melancia
22/mar	Ter	Leite integral com maçã e biscoito integral (sem açúcar)	* Arroz / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola e tomate refogados. Suco natural de goiaba
23/mar	Qua	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca com louro / carne em cubos com cenoura / salada de alface. Melancia
24/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / abobrinha refogada com cheiro verde / espinafre refogado. Maçã
25/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com batata / couve refogada. Suco natural de manga
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
28/mar	Seg	Leite integral com pera e biscoito (sem açúcar)	Arroz com cenoura / feijão carioca / ovo mexido com cheiro verde / beterraba ralada / salada de acelga. Suco natural de laranja
29/mar	Ter	Leite integral com achocolatado e pão de leite com margarina	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com cebola / abobrinha refogada / escarola refogada. Maçã
30/mar	Qua	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos com chuchu / repolho refogado e orégano. Banana
31/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne moída com batata doce / couve refogada. Mamão

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	542,4	15,6	15,6	84,9	310,4	32,1	283,1	2,7	397,2

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

Emily B. F. da Mota
Nutricionista
CRN3 49087

Denise Cristina Biasuz
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar - CAE
RG 25 630 726-X

Danielli Villar
RG: 23.743.431-3
Secretária Adjunta de Educação

Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022

CARDÁPIO 5: CRECHE, EMEI, EMEF, EMEIF e PSE - LANCHE COMPLEMENTAR

DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO
03/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)
04/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
07/mar	Seg	Leite integral com maçã
08/mar	Ter	Leite integral achocolatado e biscoito integral (sem açúcar)
09/mar	Qua	Leite integral com mamão
10/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)
11/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
14/mar	Seg	Leite integral com café e biscoito integral (sem açúcar)
15/mar	Ter	Leite integral com mamão
16/mar	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)
17/mar	Qui	Leite integral com banana
18/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
21/mar	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito integral (sem açúcar)
22/mar	Ter	Leite integral com maçã
23/mar	Qua	Leite integral com banana
24/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)
25/mar	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
28/mar	Seg	Leite integral com pera
29/mar	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito integral (sem açúcar)
30/mar	Qua	Leite integral com banana
31/mar	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	291,8	7,9	10,2	42,1	133,2	3,9	237,8	1,3	159,9

OBS 1.: Os alunos menores de 01 ano receberão fórmula infantil no lugar do leite convencional.

OBS 2.: As preparações de leite com achocolatado e leite com café serão substituídas por leite batido com frutas variadas para alunos menores de 02 anos.

Assinaturas:

 Emilly B. F. da Mota Nutricionista CRN3 49087	 Denise Cristina Biasuz Presidente Conselho de Alimentação Escolar - CAE RG 25.630.726 X	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	--	---	--

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACARÉ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEIF E EMEF (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO
03/mar	Qui	Arroz / feijão carioca / ovo mexido com queijo / abóbora cozida com cheiro verde
04/mar	Sex	Macarrão integral ao sugo / frango desfiado com tomate e cheiro verde / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
07/mar	Seg	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / purê misto de batata e abóbora
08/mar	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras acebolado / cenoura ralada
09/mar	Qua	Pão de queijo de forma
10/mar	Qui	Bolo de abacaxi
11/mar	Sex	Macarrão ao alho e óleo / frango desfiado ao sugo / salada de pepino
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
14/mar	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga
15/mar	Ter	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate, pimentão e cebola
16/mar	Qua	Torta de frango desfiado com seleta de legumes
17/mar	Qui	Polenta cremosa ao molho com carne moída e orégano / chuchu refogado com cheiro verde
18/mar	Sex	Sanduíche de frango desfiado com molho de tomate, cenoura ralada e alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
21/mar	Seg	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa refogada / couve refogada
22/mar	Ter	* Polenta cremosa à bolonhesa (PTS) / escarola refogada
23/mar	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / carne em cubos com mandioca / cenoura cozida
24/mar	Qui	Sanduíche integral de pernil com vinagrete
25/mar	Sex	Bolo de Banana
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
28/mar	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida
29/mar	Ter	Torta de carne moída com tomate, milho verde e acelga
30/mar	Qua	Sanduíche de frango desfiado com molho de tomate, cenoura ralada e alface
31/mar	Qui	Macarrão ao alho e óleo / carne moída ao sugo / abobrinha refogada

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	493,4	16,1	12,2	79,8

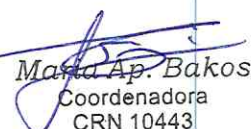
* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


 Emily B. F. da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


 Denise Cristina Biasuz
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar - CAE
 RG. 25.630.726-X


 Danielli Villar
 RG: 23.743.431-3
 Secretária Adjunta de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF E EJA (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	SOBREMESA
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO
03/mar	Qui	Mamão
04/mar	Sex	Maçã
DATA	DIA	SOBREMESA
07/mar	Seg	Abacaxi
08/mar	Ter	Banana
09/mar	Qua	Suco concentrado de uva
10/mar	Qui	Vitamina de banana
11/mar	Sex	Doce individual de banana
DATA	DIA	SOBREMESA
14/mar	Seg	Abacaxi
15/mar	Ter	Banana
16/mar	Qua	Suco concentrado de goiaba
17/mar	Qui	Arroz doce
18/mar	Sex	Suco concentrado de maracujá
DATA	DIA	SOBREMESA
21/mar	Seg	Laranja
22/mar	Ter	Mamão
23/mar	Qua	Doce individual de paçoca
24/mar	Qui	Suco concentrado de goiaba
25/mar	Sex	Vitamina de maçã
DATA	DIA	SOBREMESA
28/mar	Seg	Laranja
29/mar	Ter	Suco concentrado de caju
30/mar	Qua	Suco concentrado de uva
31/mar	Qui	Melão

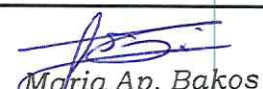
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	91,73	0,83	0,89	20,1

Assinaturas:


 Emily B. F. da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


 Denise Cristina Biasuz
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar - CAE
 RG: 25.630.726-X


 Danielli Villar
 RG: 23.743.431-3
 Secretária Adjunta de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 6 ADAPTADO: ALUNOS DA JAM, ASPAD E CEPAC (ALMOÇO)

DATA	DIA	REFEIÇÃO
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO
03/mar	Qui	Arroz / feijão carioca / ovo mexido com queijo / abóbora cozida com cheiro verde
04/mar	Sex	Macarrão integral ao sugo / feijão carioca / frango desfiado com tomate e cheiro verde / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO
07/mar	Seg	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / purê misto de batata e abóbora
08/mar	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras acebolado / cenoura ralada
09/mar	Qua	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abobrinha refogada
10/mar	Qui	Arroz / feijão carioca / carne em moída com batata / repolho e tomate refogados
11/mar	Sex	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango desfiado ao sugo / salada de pepino
DATA	DIA	REFEIÇÃO
14/mar	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga
15/mar	Ter	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate, pimentão e cebola
16/mar	Qua	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com cheiro verde / seleta de legumes
17/mar	Qui	Arroz / polenta cremosa ao molho com carne moída e orégano / chuchu refogado com cheiro verde
18/mar	Sex	Arroz com cenoura / feijão carioca / frango em tiras acebolado / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO
21/mar	Seg	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa refogada / couve refogada
22/mar	Ter	* Arroz / polenta cremosa à bolonhesa (PTS) / escarola refogada
23/mar	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / carne em cubos com mandioca / cenoura cozida
24/mar	Qui	Arroz / feijão carioca / pernil acebolado / vinagrete
25/mar	Sex	Arroz / feijão carioca / frango em cubos refogado com molho de tomate / beterraba cozida
DATA	DIA	REFEIÇÃO
28/mar	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida
29/mar	Ter	Arroz com milho verde / feijão carioca / carne moída com tomate / salada de acelga
30/mar	Qua	Arroz com cenoura / feijão carioca / frango em cubos acebolado / salada de alface
31/mar	Qui	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída ao sugo / abobrinha refogada

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	385,6	16,3	6,8	64,8

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


 Emilly B. F. da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


 Denise Cristina Biasuz
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar - CAE
 RG: 25.630.726-X


 Danielli Villar
 RG: 23.743.431-3
 Secretária Adjunta de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022

CARDÁPIO 8: ALUNOS DA ASPAD, JAM, CEPAC E PSE (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	LANCHE
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO
03/mar	Qui	Biscoito doce / leite batido com banana e mamão
04/mar	Sex	Biscoito salgado integral / leite com achocolatado
DATA	DIA	LANCHE
07/mar	Seg	logurte com aveia / maçã
08/mar	Ter	Biscoito salgado integral / leite batido com banana
09/mar	Qua	Torta de carne moída com milho verde / suco concentrado de goiaba
10/mar	Qui	Leite com flocos de milho / mamão
11/mar	Sex	Pão com requeijão / leite com café
DATA	DIA	LANCHE
14/mar	Seg	Pipoca / vitamina de maçã com aveia
15/mar	Ter	Biscoito doce / leite com achocolatado
16/mar	Qua	Bolo de banana / leite com café
17/mar	Qui	Torta de legumes (massa de torta, seleta de legumes e orégano) / suco concentrado de manga
18/mar	Sex	logurte com frutas (mamão, banana, maçã) e granola
DATA	DIA	LANCHE
21/mar	Seg	Canjica com canela / maçã
22/mar	Ter	Pão com queijo / suco concentrado de maracujá
23/mar	Qua	Leite com flocos de milho / banana
24/mar	Qui	Torta de frango com seleta de legumes / suco concentrado de maracujá
25/mar	Sex	pão de queijo de forma / suco concentrado de uva
DATA	DIA	LANCHE
28/mar	Seg	Pão com margarina / leite com achocolatado
29/mar	Ter	Bolo formigueiro / suco concentrado de uva
30/mar	Qua	Torta pizza (massa de torta, queijo mussarela, tomate e orégano) / suco concentrado de caju
31/mar	Qui	Leite com flocos de milho / banana

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	324,9	9,7	10,9	47

Assinaturas:


Emily B. F. da Mota
Nutricionista
CRN3 49087


Denise Cristina Biasuz
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar - CAE
RG 25 630 726-X


Danielli Villar
RG: 23.743.431-3
Secretária Adjunta de Educação


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 9: ALUNOS DA EJA (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
01/mar	Ter	PONTO FACULTATIVO
02/mar	Qua	PONTO FACULTATIVO
03/mar	Qui	Arroz / feijão carioca / ovo mexido com queijo / abóbora cozida com cheiro verde
04/mar	Sex	Macarrão integral ao sugo / frango desfiado com tomate e cheiro verde / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
07/mar	Seg	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / purê misto de batata e abóbora
08/mar	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras acebolado / cenoura ralada
09/mar	Qua	Pão de queijo de forma
10/mar	Qui	Bolo de abacaxi
11/mar	Sex	Macarrão ao alho e óleo / frango desfiado ao sugo / salada de pepino
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
14/mar	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga
15/mar	Ter	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate, pimentão e cebola
16/mar	Qua	Torta de frango desfiado com seleta de legumes
17/mar	Qui	Polenta cremosa ao molho com carne moída e orégano / chuchu refogado com cheiro verde
18/mar	Sex	Sanduiche de frango desfiado com molho de tomate, cenoura ralada e alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
21/mar	Seg	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa refogada / couve refogada
22/mar	Ter	* Polenta cremosa à bolonhesa (PTS) / escarola refogada
23/mar	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / carne em cubos com mandioca / cenoura cozida
24/mar	Qui	Sanduiche integral de pernil com vinagrete
25/mar	Sex	Bolo de Banana
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
28/mar	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida
29/mar	Ter	Torta de carne moída com tomate, milho verde e acelga
30/mar	Qua	Sanduiche de frango desfiado com molho de tomate, cenoura ralada e alface
31/mar	Qui	Macarrão ao alho e óleo / carne moída ao sugo / abobrinha refogada

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	500,3	21,6	9,5	82,1

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


Emily B. F. da Mota
Nutricionista
CRN3 49087


Denise Cristina Biasuz
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar - CAE
RG 25 030 726-X


Danielli Villar
RG: 23.743.431-3
Secretária Adjunta de Educação


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

MERENDA JACARÉ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 12: LANCHE PASSEIO - EVENTUAL

OPÇÃO 01

Suco individual 200ml	1 unidade											
Biscoito salgado individual	1 unidade											
Biscoito doce individual	1 unidade											
Fruta individual	1 unidade											
OPÇÃO 1	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Carboidrato (g)	Fibra (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)
Valor Nutricional Médio	216,3	1,5	2,3	50,5	3,0	4,0	20,4	2,0	2,0	0,1	82,5	0,04

OPÇÃO 02

Achocolatado ou suco individual	1 unidade											
Biscoito salgado ou doce individual	1 unidade											
Barra de cereais	1 unidade											
Fruta individual	1 unidade											
OPÇÃO 2	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Carboidrato (g)	Fibra (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)
Valor Nutricional Médio	343,8	5,5	6,0	69,7	2,6	224,0	4,9	123,3	14,0	1,0	269,8	0,3

Observação:

* O fornecimento de LANCHE PASSEIO será solicitado exclusivamente para atender a necessidade alimentar dos alunos durante sua participação em eventos fora da unidade (passeios culturais, de lazer, etc.)

Assinaturas:				
	Emily B. F. da Mota Nutricionista CRN3 49087	Denise Cristina Biasuz Presidente Conselho de Alimentação Escolar - CAE RG 25 630 726-X	Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - MARÇO 2022
CARDÁPIO 13: LANCHE SECO - EMERGENCIAL

BISCOITO DOCE, LEITE COM ACHOCOLATADO

MERENDA SECA C13	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Fibra (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)
Valor Nutricional Médio	264,25	8,15	7,165	43	1,36	330,25	18,4	234,93	19,25	5,725	250,13	3,475

FLOCOS DE MILHO COM LEITE

MERENDA SECA C13	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Fibra (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)
Valor Nutricional Médio	304,50	10,19	10,40	45,10	2,06	153,93	2,17	257,35	36,36	1,19	203,96	1,11

BISCOITO SALGADO, LEITE COM ACHOCOLATADO

MERENDA SECA C13	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Fibra (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)
Valor Nutricional Médio	301,00	11,00	10,87	40,43	2,53	153,93	0,00	238,45	25,41	0,56	249,46	0,76

IOGURTE COM GRANOLA

MERENDA SECA C13	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Fibra (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)
Valor Nutricional Médio	286,1	9,09	12,76	36,05	3,55	60,35	8,6	220,6	50,8	1,374	79	1,701

PÃO COM MARGARINA, SUCO CONCENTRADO


MERENDA SECA C13	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Fibra (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)
Valor Nutricional Médio	243,01	4,29	5,34	40,76	1,2	23,1	31,98	47,99	14,515	2,575	216,73	0,405

A composição acima poderá ser substituída por uma fruta individual ou de corte se houver disponibilidade para correta higienização do gênero.

Observação:

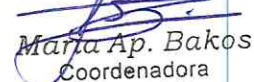
* Destinado a atender a unidade educacional em situação especial ou emergencial, que impossibilite o preparo e distribuição da alimentação (falta de água, procedimentos de conserto na tubulação de gás, reformas, adaptações/reparos nas instalações, etc.)

Assinaturas:


 Emily B. F. da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


 Denise Cristina Biasuz
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar - CAE
 RG: 25.630.726-X


 Danielli Villar
 RG: 23.743.431-3
 Secretária Adjunta de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443