

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

DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	COLAÇÃO (09:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE 1 (13:00-13:30H)	LANCHE 2 (14:50-15:30H)
01/set	Qui	Fórmula Infantil 1	Pera raspada	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate e manjeriço / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
02/set	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	Papa: Macarrão ao sugo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora / espinafre refogado. Mamão amassado	Fórmula Infantil 1	Banana amassada
05/set	Seg	Fórmula Infantil 1	Melão em papa	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / frango desfiado com cenoura / salada de acelga. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado
06/set	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima com cenoura	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / carne moída ao sugo com mandioquinha / repolho refogado. Melão em papa	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
07/set	Qua	FERIADO				
08/set	Qui	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	* Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / escondidinho de PTS / escarola refogada. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
09/set	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de manga	Papa: Batata / feijão carioca peneirado / carne desfiada com tomate / couve refogada. Melancia em papa	Fórmula Infantil 1	Abacate com banana amassados
12/set	Seg	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja lima com beterraba	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado
13/set	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de manga	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com batata doce / repolho refogado. Maçã raspada	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
14/set	Qua	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abobrinha / salada de alface. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
15/set	Qui	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado com louro / carne desfiada com mandioca / espinafre refogado. Banana amassada	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
16/set	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	Papa: Cará / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola / cenoura cozida. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Banana amassada
19/set	Seg	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima com beterraba	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cenoura ralada e orégano / escarola refogada. Mamão amassado	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
20/set	Ter	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / carne moída com batata / repolho refogado. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
21/set	Qua	Fórmula Infantil 1	Suco natural de manga	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abobrinha / espinafre refogado. Pera raspada	Fórmula Infantil 1	Banana amassada
22/set	Qui	Fórmula Infantil 1	Mamão com banana amassados	Papa: Macarrão ao sugo / feijão carioca peneirado / carne desfiada com abóbora / salada de alface e beterraba ralada. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
23/set	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / frango desfiado com tomate / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado
26/set	Seg	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com abóbora / acelga refogada com cheiro verde. Maçã raspada	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado
27/set	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate e manjeriço / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cenoura / repolho refogado. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Melão em papa
28/set	Qua	Fórmula Infantil 1	Abacate com banana amassados	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / PTS refogada com agrião / abobrinha e tomate refogados. Suco natural de laranja lima com cenoura	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa
29/set	Qui	Fórmula Infantil 1	Melão em papa	Papa: Inhame / feijão carioca peneirado / carne moída com chuchu / espinafre refogado. Banana amassada	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada
30/set	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de manga	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado com louro / frango desfiado com escarola / purê de batata. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Banana amassada

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fa (mg)	Na (mg)
	475,3	10,2	11,7	82,3	460,9	87,3	239,1	4,3	299,1

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

Secretaria Municipal de Educação - SME
Emily Bezerra Fernandes da Mota
Nutricionista
CRN3 49087

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

Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

Maria Thereza Ferreira Cyrino
RG: 8.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação

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

DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	COLAÇÃO (09:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01/set	Qui	Fórmula Infantil 2	Pera raspada	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate e manjerição / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e abóbora
02/set	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	Papa: Macarrão ao sugo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora / espinafre refogado. Mamão amassado	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
05/set	Seg	Fórmula Infantil 2	Melão em papa	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / frango desfiado com cenoura / salada de acelga. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
06/set	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja lima com cenoura	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / carne moída ao sugo com mandioquinha / repolho refogado. Melão em papa	Fórmula Infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
07/set	Qua	FERIADO				
08/set	Qui	Fórmula Infantil 2	Mamão amassado	* Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / escondidinho de PTS / escarola refogada. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
09/set	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de manga	Papa: Batata / feijão carioca peneirado / carne desfiada com tomate / couve refogada. Melancia em papa	Fórmula Infantil 2	Creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo
12/set	Seg	Fórmula Infantil 2	Melancia em papa	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja lima com beterraba	Fórmula Infantil 2	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e frango desfiado
13/set	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de manga	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com batata doce / repolho refogado. Maçã raspada	Fórmula Infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
14/set	Qua	Fórmula Infantil 2	Banana amassada	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abobrinha / salada de alface. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioquinha com abóbora, abobrinha e ovo
15/set	Qui	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja lima	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado com louro / carne desfiada com mandioca / espinafre refogado. Banana amassada	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de abóbora com inhame, tomate e frango desfiado
16/set	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	Papa: Cará / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola / cenoura cozida. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, acelga e carne moída
19/set	Seg	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja lima com beterraba	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cenoura ralada e orégano / escarola refogada. Mamão amassado	Fórmula Infantil 2	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e frango desfiado
20/set	Ter	Fórmula Infantil 2	Maçã raspada	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / carne moída com batata / repolho refogado. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
21/set	Qua	Fórmula Infantil 2	Suco natural de manga	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abobrinha / espinafre refogado. Pera raspada	Fórmula Infantil 2	Creme de fubá com tomate, couve e ovo
22/set	Qui	Fórmula Infantil 2	Mamão com banana amassados	Papa: Macarrão ao sugo / feijão carioca peneirado / carne desfiada com abóbora / salada de alface e beterraba ralada. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, abóbora e frango desfiado
23/set	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / frango desfiado com tomate / couve refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioca com chuchu, espinafre e carne moída
26/set	Seg	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja lima	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com abóbora / acelga refogada com cheiro verde. Maçã raspada	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de abóbora com cará, tomate e frango desfiado
27/set	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate e manjerição / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cenoura / repolho refogado. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata e abóbora
28/set	Qua	Fórmula Infantil 2	Abacate com banana amassados	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / PTS refogada com agrião / abobrinha e tomate refogados. Suco natural de laranja lima com cenoura	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e couve
29/set	Qui	Fórmula Infantil 2	Melão em papa	Papa: Inhame / feijão carioca peneirado / carne moída com chuchu / espinafre refogado. Banana amassada	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
30/set	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de manga	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado com louro / frango desfiado com escarola / purê de batata. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioca com abobrinha, couve e carne moída

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	568,4	16,5	19,2	81,9	594,3	78,9	284,3	4,9	401

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

Secretaria Municipal de Educação - SME
Emily Bezerra Fernandes da Mota
Nutricionista
CRN3 49087

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

Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

Maria Thereza Ferreira Cyrino
RG: 8.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação

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

DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01/set	Qui	Leite integral com pera e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com tomate e manjeriço / couve refogada. Suco natural de manga	Melancia	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e abóbora
02/set	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Macarrão ao sugo / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abóbora cozida com cheiro verde. Mamão	Banana	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
05/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / frango em tiras com cenoura / salada de acelga. Suco natural de uva orgânico	Mamão	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
06/set	Ter	Leite integral com café e bisnaguinha com geleia	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída ao sugo com mandioquinha / repolho refogado. Melão	Maçã	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
07/set	Qua	FERIADO			
08/set	Qui	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada. Suco natural de laranja	Melão	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
09/set	Sex	Leite integral com banana e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com tomate / salada de pepino. Melancia	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
12/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida. Suco natural de laranja com beterraba	Mamão	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e frango desfiado
13/set	Ter	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata doce / repolho refogado. Maçã	Melão	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
14/set	Qua	Leite integral com banana e pão de leite integral com margarina	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em cubos com abobrinha / salada de alface	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de mandioquinha com abóbora, abobrinha e ovo
15/set	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / carne desfiada com mandioca / espinafre refogado. Banana	Melancia	Sopa creme de abóbora com inhame, tomate e frango desfiado
16/set	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana com banana desidratada (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata / cenoura cozida. Suco natural de uva orgânico	Banana	Sopa creme de batata com tomate, acelga e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
19/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com cenoura ralada e orégano. Mamão	Melancia	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e frango desfiado
20/set	Ter	Leite integral com maçã e pão de leite com geleia	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / salada de cenoura ralada. Suco natural de melancia	Melão	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
21/set	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com abobrinha / espinafre refogado. Pera	Banana	Creme de fubá com tomate, couve e ovo
22/set	Qui	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao sugo / feijão carioca / carne desfiada com abóbora / salada de alface e beterraba ralada	Maçã	Sopa creme de ervilha com arroz, abóbora e frango desfiado
23/set	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / frango em cubos com tomate / couve refogada. Suco natural de uva orgânico	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de mandioca com chuchu, espinafre e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
26/set	Seg	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora / acelga refogada com cheiro verde. Maçã	Mamão	Sopa creme de abóbora com cará, tomate e frango desfiado
27/set	Ter	Leite integral com maçã e bisnaguinha integral com margarina	Macarrão refogado com molho de tomate e manjeriço / feijão carioca / frango em cubos acebolado / cenoura cozida com cheiro verde	Melão	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata e abóbora
28/set	Qua	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com agrião / abobrinha e tomate refogados. Suco natural de laranja com cenoura	Melancia	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e couve
29/set	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com chuchu. Banana	Maçã	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
30/set	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / frango em tiras com escarola / purê de batata. Suco natural de uva orgânico	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de mandioca com abobrinha, couve e carne moída

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	846,5	27,6	24,9	128	647,1	58,1	343	4,6	650,4

* 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:

Secretaria Municipal de Educação - SME
Emily Bezerra Fernandes da Mota
Nutricionista
CRN3 49087

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

Maria Aparecida Bakos
Coordenadora
GRN 10443

Maria Thereza Ferreira Gynno
PC: 2 035 116 X
Secretária Municipal de Educação

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - SETEMBRO 2022
CARDÁPIO 4: ALUNOS DA CRECHE/EMEI DE 3 A 4 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE (08:00-08:30H OU 13:00-13:30H)	ALMOÇO OU JANTAR (10:30-11:30H OU 14:50-15:30H)
01/set	Qui	Leite integral com pera e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com tomate e manjeriço / couve refogada. Suco natural de manga
02/set	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Macarrão ao sugo / feijão carioca / frango em tiras com abóbora e cheiro verde / espinafre refogado. Mamão
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
05/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / frango em tiras com cenoura / salada de acelga. Suco natural de melancia
06/set	Ter	Leite integral com café e bisnaguinha com geleia	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída com mandioquinha / repolho refogado. Melão
07/set	Qua	FERIADO	
08/set	Qui	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada. Suco natural de laranja
09/set	Sex	Leite integral com banana e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com tomate / couve refogada. Melancia
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
12/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com acelga / abóbora cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja com beterraba
13/set	Ter	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata doce / repolho refogado. Maçã
14/set	Qua	Leite integral com banana e pão de leite integral com margarina	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em cubos com abobrinha / salada de alface. Melancia
15/set	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / carne desfiada com mandioca / espinafre refogado. Banana
16/set	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana com banana desidratada (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata / cenoura cozida com escarola refogada. Suco natural de manga
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
19/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com cenoura ralada e orégano / escarola refogada. Mamão
20/set	Ter	Leite integral com maçã e pão de leite com geleia	Arroz com cenoura / feijão carioca / carne moída com batata / repolho refogado. Melancia
21/set	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com abobrinha / espinafre refogado. Pera
22/set	Qui	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao sugo / feijão carioca / carne desfiada com abóbora / salada de alface e beterraba ralada. Suco natural de laranja
23/set	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / frango em cubos com tomate / couve refogada. Suco natural de manga
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
26/set	Seg	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora / acelga refogada com cheiro verde. Maçã
27/set	Ter	Leite integral com maçã e bisnaguinha integral com margarina	Macarrão refogado com molho de tomate e manjeriço / feijão carioca / frango em cubos com cenoura / repolho refogado. Suco natural de manga
28/set	Qua	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com agrião / abobrinha e tomate refogados. Suco natural de laranja com cenoura
29/set	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com chuchu / espinafre refogado. Banana
30/set	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca com louro / frango em tiras com escarola / purê de batata. Melancia

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	540,4	15,2	16,4	83	310,8	35,1	289,2	4,3	401,2

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

Secretária Municipal de Educação - SME
 Emily Bezerra Fernandes da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087

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

Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

Maria Thereza Ferreira Cynno
 PC: 2 705 130 X
 Secretária Municipal de Educação

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - SETEMBRO 2022
CARDÁPIO 5: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF E PSE DE 4 A 10 ANOS - LANCHE COMPLEMENTAR

DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR (07:00H OU 16:00H)
01/set	Qui	Leite integral com mamão
02/set	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
05/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado
06/set	Ter	Leite integral com café e biscoito salgado integral
07/set	Qua	FERIADO
08/set	Qui	Leite integral com mamão
09/set	Sex	Leite integral com banana
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
12/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
13/set	Ter	Leite integral com mamão
14/set	Qua	Leite integral com banana
15/set	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado
16/set	Sex	Leite integral com café e biscoito salgado integral
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
19/set	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado integral
20/set	Ter	Leite integral com maçã
21/set	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado
22/set	Qui	Leite integral com banana
23/set	Sex	Leite integral com café e biscoito doce sem recheio
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
26/set	Seg	Leite integral com café e biscoito salgado
27/set	Ter	Leite integral com maçã
28/set	Qua	Leite integral com banana
29/set	Qui	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado integral
30/set	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	298,7	7	10,3	44,5	136,1	4	242,3	1,7	159,8

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Emily Bezerra Fernandes da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


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


Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443


Maria Thereza Ferreira Cyrino
 PC: 8 205 110 X
 Secretária Municipal de Educação

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - SETEMBRO 2022
CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEIF E EMEF DE 4 A 10 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/set	Qui	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, molho de tomate com ervilha e orégano
02/set	Sex	Macarrão ao sugo / frango em tiras acebolado / abóbora cozida com cheiro verde e escarola
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
05/set	Seg	Torta de frango desfiado com seleta de legumes
06/set	Ter	Polenta cremosa / carne moída ao sugo / repolho refogado
07/set	Qua	FERIADO
08/set	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
09/set	Sex	Arroz / feijão carioca / omelete com tomate / salada de pepino
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
12/set	Seg	Sanduíche integral de pernil com vinagrete
13/set	Ter	Bolo de maçã com canela
14/set	Qua	Polenta cremosa / frango desfiado ao sugo / abobrinha refogada / salada de alface
15/set	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / carne desfiada com mandioca / couve refogada
16/set	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e pimentão / cenoura cozida com cheiro verde
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
19/set	Seg	Pão de queijo de forma
20/set	Ter	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / salada de cenoura ralada
21/set	Qua	Sanduíche de frango desfiado ao sugo com milho verde e alface
22/set	Qui	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / beterraba ralada
23/set	Sex	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
26/set	Seg	Torta de carne moída com tomate e acelga
27/set	Ter	Macarrão integral refogado com molho de tomate e manjerição / frango em cubos acebolado / cenoura cozida com cheiro verde
28/set	Qua	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
29/set	Qui	Sanduíche de carne moída ao sugo com cenoura ralada
30/set	Sex	Arroz / feijão carioca com louro / frango em tiras acebolado / purê de batata

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	519,9	16,4	14,3	81,4

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

Secretaria Municipal de Educação - SME
Emily Bezerra Fernandes da Mota
Nutricionista
CRN3 49087

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

Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

Maria Thereza Ferreira Cyrino
PC: 2 205 1 10 X
Secretária Municipal de Educação

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - SETEMBRO 2022
CARDÁPIO 6 ADAPTADO: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL E ALUNOS DA ASPAD, JAM E CEPAC DE 4 A 10 ANOS (ALMOÇO)

DATA	DIA	REFEIÇÃO (11:30-12:00H)
01/set	Qui	Macarrão ao sugo / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abóbora cozida com cheiro verde e escarola
02/set	Sex	Arroz com ervilha / feijão carioca / frango em cubos acebolado / salada de tomate
DATA	DIA	REFEIÇÃO
05/set	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com tomate / salada de pepino
06/set	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras refogado com molho de tomate / seleta de legumes
07/set	Qua	FERIADO
08/set	Qui	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
09/set	Sex	Arroz / feijão carioca / polenta cremosa com carne moída ao sugo / repolho refogado
DATA	DIA	REFEIÇÃO
12/set	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / acelga refogada
13/set	Ter	Arroz / feijão carioca / polenta cremosa com frango desfiado ao sugo / abobrinha refogada
14/set	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / carne desfiada com mandioca / couve refogada
15/set	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata, cenoura e pimentão / salada de alface
16/set	Sex	Arroz / feijão carioca / pernil acebolado / vinagrete
DATA	DIA	REFEIÇÃO
19/set	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com queijo e orégano / chuchu refogado com cheiro verde
20/set	Ter	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / almôndega ao sugo / beterraba ralada
21/set	Qua	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / salada de cenoura ralada
22/set	Qui	Arroz / feijão preto com linguíça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
23/set	Sex	Arroz com milho / feijão carioca / frango em cubos refogado com molho de tomate / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO
26/set	Seg	Macarrão integral refogado com molho de tomate e manjeriço / feijão carioca / frango em cubos acebolado / cenoura cozida com cheiro verde
27/set	Ter	Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / salada de acelga
28/set	Qua	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
29/set	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / frango em tiras acebolado / purê de batata
30/set	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com cenoura / salada de tomate

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	393,2	16,4	7,2	65,7

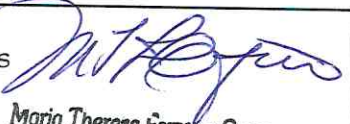
* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


 Secretária Municipal de Educação - SME
 Emily Bezerra Fernandes da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


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


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

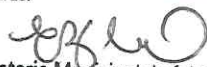

 Maria Theresza Ferreira Cynno
 PC: 8 205 116 X
 Secretária Municipal de Educação

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - SETEMBRO 2022
CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E
EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/set	Qui	Suco concentrado de maracujá
02/set	Sex	Banana
DATA	DIA	SOBREMESA
05/set	Seg	Suco concentrado de goiaba
06/set	Ter	Doce individual de amendoim
07/set	Qua	FERIADO
08/set	Qui	Mamão
09/set	Sex	Abacaxi
DATA	DIA	SOBREMESA
12/set	Seg	Suco concentrado de caju
13/set	Ter	Vitamina de mamão
14/set	Qua	Arroz doce
15/set	Qui	Maçã
16/set	Sex	Melancia
DATA	DIA	SOBREMESA
19/set	Seg	Suco concentrado de uva
20/set	Ter	Maçã
21/set	Qua	Suco concentrado de maracujá
22/set	Qui	Banana / Suco natural de uva orgânico
23/set	Sex	Laranja
DATA	DIA	SOBREMESA
26/set	Seg	Suco concentrado de goiaba
27/set	Ter	Melão
28/set	Qua	Mamão
29/set	Qui	Suco concentrado de manga
30/set	Sex	Doce individual de goiaba / Suco natural de uva orgânico

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	92,5	0,6	0,5	21,4

Assinaturas:


 Secretária Municipal de Educação - SME
 Emily Bezerra Fernandes da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


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


 Maria Thereza Ferreira Cymno
 Coordenadora
 CRN 10443
 Secretária Municipal de Educação



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - SETEMBRO 2022

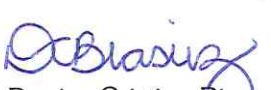
CARDÁPIO 8: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 4 A 10 ANOS (LANCHE PROJETO) E ALUNOS DA ASPAD, JAM E CEPAC DE 4 A 10 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)
01/set	Qui	Biscoito salgado integral / leite integral com café
02/set	Sex	logurte com frutas (mamão, banana, maçã)
05/set	Seg	logurte com aveia / maçã
06/set	Ter	Pão de queijo de forma / leite integral com achocolatado
07/set	Qua	FERIADO
08/set	Qui	Leite integral com flocos de milho / banana
09/set	Sex	Pizza (molho de tomate, queijo mussarela, tomate e orégano) / suco concentrado de uva
12/set	Seg	Pão com geleia / leite integral com achocolatado
13/set	Ter	Torta de frango com tomate / suco concentrado de caju
14/set	Qua	Biscoito doce / leite integral batido com banana e mamão
15/set	Qui	Bolo de banana / leite integral com café
16/set	Sex	Canjica com canela / maçã
19/set	Seg	Pão com requeijão / leite integral com café
20/set	Ter	Biscoito doce / leite integral com achocolatado
21/set	Qua	logurte com granola / banana
22/set	Qui	Torta de legumes (seleta de legumes, tomate e cheiro verde) / suco concentrado de maracujá
23/set	Sex	Leite integral com flocos de milho / mamão
26/set	Seg	Pipoca / leite integral batido com maçã
27/set	Ter	Pão com margarina / leite integral com café
28/set	Qua	Arroz doce com canela / banana
29/set	Qui	Biscoito salgado integral / leite integral com achocolatado
30/set	Sex	Torta de carne moída com milho verde / suco concentrado de manga

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	325	9,7	11,4	45,9

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Emily Bezerra Fernandes da Mota
Nutricionista
CRN3 49087


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


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

Maria Thereza Ferreira Cyrino
RC: 8.205.140-X
Secretária Municipal de Educação



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - SETEMBRO 2022
CARDÁPIO 9: ALUNOS DA EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)


DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (19:30-19:50H)
01/set	Qui	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, molho de tomate com ervilha e orégano
02/set	Sex	Macarrão ao sugo / frango em tiras acebolado / abóbora cozida com cheiro verde e escarola
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
05/set	Seg	Torta de frango desfiado com seleta de legumes
06/set	Ter	Polenta cremosa / carne moída ao sugo / repolho refogado
07/set	Qua	FERIADO
08/set	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
09/set	Sex	Arroz / feijão carioca / omelete com tomate / salada de pepino
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
12/set	Seg	Sanduíche integral de pernil com vinagrete
13/set	Ter	Bolo de maçã com canela
14/set	Qua	Polenta cremosa / frango desfiado ao sugo / abobrinha refogada / salada de alface
15/set	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / carne desfiada com mandioca / couve refogada
16/set	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e pimentão / cenoura cozida com cheiro verde
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
19/set	Seg	Pão de queijo de forma
20/set	Ter	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / salada de cenoura ralada
21/set	Qua	Sanduíche de frango desfiado ao sugo com milho verde e alface
22/set	Qui	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / beterraba ralada
23/set	Sex	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
26/set	Seg	Torta de carne moída com tomate e acelga
27/set	Ter	Macarrão integral refogado com molho de tomate e manjerição / frango em cubos acebolado / cenoura cozida com cheiro verde
28/set	Qua	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
29/set	Qui	Sanduíche de carne moída ao sugo com cenoura ralada
30/set	Sex	Arroz / feijão carioca com louro / frango em tiras acebolado / purê de batata

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	496,5	15,4	10,5	85,1

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Emily Bezerra Fernandes da Mota
 Nutricionista
 CRN3 49087


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


Maria Ap. Bakula
 Coordenadora
 CPE 3


Maria Theresza Ferreira Cyrino
 R.C: 8.205.170-X
 Secretária Municipal de Educação



MERENDA JACAREÍ - SETEMBRO 2022

**CARDÁPIO 12: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E
EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL - LANCHE PASSEIO
EVENTUAL)
(09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)**

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)	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	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)	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	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:			
Secretaria Municipal de Educação - SME	Denise Cristina Biasuz	Maria Ap. Bakos	Maria Thereza Ferreira Cymno
Emily Bezerra Fernandes da Mota	Presidente	Coordenadora	PC: 2 20 1 10 X
Nutricionista	Conselho de Alimentação Escolar - CAE	CRN 10443	Secretaria Municipal de Educação
CRN3 49087	RG 25 630 726-X		

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACARÉ - SETEMBRO 2022

CARDÁPIO 13: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL - LANCHE SECO EMERGENCIAL) (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)

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	38,36	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

PAO 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:

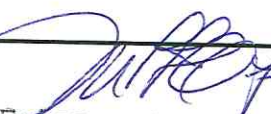
* Destinado a atender a unidade educacional em situação especial ou emergencial, que impossibilite o preparo e distribuição da alimentação (falta de água, procedimentos de conserto na tubulação de gás, reformas, adaptações/reparos nas instalações, etc.)

Assinaturas:

Secretaria Municipal de Educação - SME
Emilly Bezerra Fernandes da Mota
Nutricionista
CRN3 49087


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


Maria Ap. F. P. S.
Coordenadora
CRN 10443


Maria Theresza Ferreira Cyrino
PC: 2 705.110 X
Secretária Municipal de Educação

