



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 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)	
03/out	Seg	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cenoura ralada e orégano / acelga refogada. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	
04/out	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de abacaxi	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Maçã raspada	Fórmula Infantil 1	Melão em papa	
05/out	Qua	Fórmula Infantil 1	Suco natural de manga	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / frango desfiado com chuchu / espinafre refogado. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	
06/out	Qui	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima com beterraba	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana amassada	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada	
07/out	Sex	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / salada de alface e beterraba ralada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	
DATA	DIA	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE 1	LANCHE 2	
10/out	Seg	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / ovo mexido com cenoura ralada / salada de acelga. Suco natural de laranja lima com beterraba	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	
11/out	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora e cheiro verde / repolho refogado. Sorvete natural pastoso de banana	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>					
13/out	Qui	Fórmula Infantil 1	Mamão com banana amassados	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada	
14/out	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de abacaxi	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com espinafre / cenoura cozida. Melancia em papa	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	
DATA	DIA	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE 1	LANCHE 2	
17/out	Seg	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne desfiada com batata doce / acelga refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada	
18/out	Ter	Fórmula Infantil 1	Suco natural de manga	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com batata / repolho refogado. Suco natural de abacaxi	Fórmula Infantil 1	Melão em papa	
19/out	Qua	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abobrinha / couve refogada. Maçã raspada	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	
20/out	Qui	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	Mamão amassado	
21/out	Sex	Fórmula Infantil 1	Suco natural de abacaxi	Papa: Inhame / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora / espinafre refogado. Mamão amassado	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	
DATA	DIA	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE 1	LANCHE 2	
24/out	Seg	Fórmula Infantil 1	Suco natural de laranja lima com cenoura	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cenoura / acelga refogada. Melancia em papa	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada	
25/out	Ter	Fórmula Infantil 1	Melão em papa	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	
26/out	Qua	Fórmula Infantil 1	Suco natural de melancia	* Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / escondidinho de PTS / escarola refogada. Suco natural de abacaxi	Fórmula Infantil 1	Abacate com banana amassados	
27/out	Qui	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	Papa: Cará / feijão preto peneirado / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Maçã raspada	Fórmula Infantil 1	Banana amassada	
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>					
DATA	DIA	DESJEJUM	COLAÇÃO	ALMOÇO	LANCHE 1	LANCHE 2	
31/out	Seg	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com escarola / cenoura cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa	

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	469,7	10	11,3	82	460,5	87,1	239,5	4,5	296,7

\* 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  
Secretária Municipal de Educação



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACARÉ - OUTUBRO 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)
03/out	Seg	Fórmula Infantil 2	Mamão amassado	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cenoura ralada e orégano / acelga refogada. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
04/out	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de abacaxi	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Maçã raspada	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, abóbora e frango desfiado
05/out	Qua	Fórmula Infantil 2	Suco natural de manga	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / frango desfiado com chuchu / espinafre refogado. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Creme de fubá com tomate, couve e ovo
06/out	Qui	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja lima com beterraba	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana amassada	Fórmula Infantil 2	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e frango desfiado
07/out	Sex	Fórmula Infantil 2	Melancia em papa	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / salada de alface e beterraba ralada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioca com chuchu, espinafre e carne moída
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>DESJEJUM</b>	<b>COLAÇÃO</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>LANCHE</b>	<b>JANTAR</b>
10/out	Seg	Fórmula Infantil 2	Maçã raspada	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / ovo mexido com cenoura ralada / salada de acelga. Suco natural de laranja lima com beterraba	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e cenoura
11/out	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja lima	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora e cheiro verde / repolho refogado. Sorvete natural pastoso de banana	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de abóbora com cará, tomate e frango desfiado
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>				
13/out	Qui	Fórmula Infantil 2	Mamão com banana amassados	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de melancia	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
14/out	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de abacaxi	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com espinafre / cenoura cozida. Melancia em papa	Fórmula Infantil 2	Creme de fubá com cenoura ralada, escarola e ovo
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>DESJEJUM</b>	<b>COLAÇÃO</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>LANCHE</b>	<b>JANTAR</b>
17/out	Seg	Fórmula Infantil 2	Melancia em papa	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne desfiada com batata doce / acelga refogada. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
18/out	Ter	Fórmula Infantil 2	Suco natural de manga	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com batata / repolho refogado. Suco natural de abacaxi	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
19/out	Qua	Fórmula Infantil 2	Suco natural de laranja lima	Papa: Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abobrinha / couve refogada. Maçã raspada	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata e abóbora
20/out	Qui	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
21/out	Sex	Fórmula Infantil 2	Suco natural de abacaxi	Papa: Inhame / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora / espinafre refogado. Mamão amassado	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioca com abobrinha, couve e carne moída
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>DESJEJUM</b>	<b>COLAÇÃO</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>LANCHE</b>	<b>JANTAR</b>
24/out	Seg	Fórmula Infantil 2	Suco natural de manga	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cenoura / acelga refogada. Melancia em papa	Fórmula Infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
25/out	Ter	Fórmula Infantil 2	Melão em papa	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Suco natural de manga	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, acelga e carne moída
26/out	Qua	Fórmula Infantil 2	Suco natural de melancia	* Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / escondidinho de PTS / escarola refogada. Suco natural de abacaxi	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
27/out	Qui	Fórmula Infantil 2	Mamão amassado	Papa: Cará / feijão preto peneirado / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Maçã raspada	Fórmula Infantil 2	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>				
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>DESJEJUM</b>	<b>COLAÇÃO</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>LANCHE</b>	<b>JANTAR</b>
31/out	Seg	Fórmula Infantil 2	Mamão amassado	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com escarola / cenoura cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja lima	Fórmula Infantil 2	Sopa creme de abóbora com inhame, tomate e frango desfiado

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	551,4	14,9	19	80,2	593,8	78,5	285	4,7	398,3

\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

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

  
**Denise Cristina Blasuz**  
**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 - OUTUBRO 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)
03/out	Seg	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde e orégano / cenoura ralada. Suco natural de laranja	Melancia	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) (sem creme de leite)
04/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Maçã	Melão	Sopa creme de ervilha com arroz, abóbora e frango desfiado
05/out	Qua	Leite integral com banana e bisnaguinha integral com margarina	Arroz com cenoura / feijão carioca / frango em cubos acebolado / chuchu cozido com cheiro verde. Suco natural de uva orgânico	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de fubá com tomate, couve e ovo
06/out	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana	Maçã	Sopa de legumes (batata e cenoura) com macarrão e frango desfiado
07/out	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e cozido com batata e tomate / salada de alface e beterraba ralada	Mamão	Creme de mandioca com chuchu, espinafre e carne moída
10/out	Seg	Leite integral com maçã e bisnaguinha com geleia	Arroz / feijão carioca com louro / omelete com cenoura ralada / salada de acelga. Suco natural de laranja com beterraba	Mamão	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e cenoura
11/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos acebolado / abóbora cozida com cheiro verde. Sorvete natural pastoso de banana	Melancia	Sopa creme de abóbora com cará, tomate e frango desfiado
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>			
13/out	Qui	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de uva orgânico	Maçã	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
14/out	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana com abacaxi desidratado (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em tiras com espinafre / cenoura cozida. Melancia	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de fubá com cenoura ralada, escarola e ovo
17/out	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com batata doce / salada de pepino. Suco natural de uva orgânico	Maçã	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
18/out	Ter	Leite integral com maçã e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / repolho refogado. Abacaxi	Melão	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
19/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abobrinha refogada	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata e abóbora
20/out	Qui	Leite integral com banana e pão de leite integral com margarina	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com agrião / abobrinha e tomate refogados. Suco natural de laranja com cenoura	Mamão	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e couve
21/out	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com abóbora / espinafre refogado. Mamão	Melancia	Creme de mandioca com abobrinha, couve e carne moída
24/out	Seg	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em tiras com cenoura / acelga refogada. Melancia	Maçã	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
25/out	Ter	Leite integral com maçã e pão de leite com geleia	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com tomate / abobrinha refogada. Suco natural de manga	Mamão	Sopa creme de batata com tomate, acelga e carne moída
26/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada. Suco natural de abacaxi	Banana	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
27/out	Qui	Leite integral com mamão e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Suco natural de uva orgânico. Maçã	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>			
31/out	Seg	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / cenoura cozida. Suco natural de laranja	Melancia	Sopa creme de abóbora com inhame, tomate e frango desfiado

Valor Nutricional Médio	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	838,8	27,2	2,5	125,2	150,5	57,8	24,2	4,7	648

\* 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 Ap. Bakos**  
**Coordenadora**  
**CRN 10443**

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



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 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)
03/out	Seg	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com cenoura ralada e orégano / acelga refogada. Suco natural de laranja
04/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Maçã
05/out	Qua	Leite integral com banana e bisnaguinha integral com margarina	Arroz com cenoura / feijão carioca / frango em cubos com chuchu / espinafre refogado. Melancia
06/out	Qui	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana
07/out	Sex	Leite integral com achocolatado e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e cozido com batata e tomate / salada de alface e beterraba ralada. Suco natural de manga
<b>DATA</b>		<b>DESJEJUM OU LANCHE</b>	
<b>DIA</b>		<b>ALMOÇO OU JANTAR</b>	
10/out	Seg	Leite integral com maçã e bisnaguinha com geleia	Arroz / feijão carioca com louro / omelete com cenoura ralada / salada de acelga. Suco natural de laranja com beterraba
11/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com abóbora e cheiro verde / repolho refogado. Sorvete natural pastoso de banana
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>	
13/out	Qui	Leite integral com banana e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora. Suco natural de melancia
14/out	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana com abacaxi desidratado (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em tiras com espinafre / cenoura cozida. Melancia
<b>DATA</b>		<b>DESJEJUM OU LANCHE</b>	
<b>DIA</b>		<b>ALMOÇO OU JANTAR</b>	
17/out	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com batata doce / salada de pepino / acelga refogada. Suco natural de manga
18/out	Ter	Leite integral com maçã e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / repolho refogado. Abacaxi
19/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	Macarrão refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em tiras com abobrinha / couve refogada. Maçã
20/out	Qui	Leite integral com banana e pão de leite integral com margarina	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com agrião / abobrinha e tomate refogados. Suco natural de laranja com cenoura
21/out	Sex	Leite integral com café e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com abóbora / espinafre refogado. Mamão
<b>DATA</b>		<b>DESJEJUM OU LANCHE</b>	
<b>DIA</b>		<b>ALMOÇO OU JANTAR</b>	
24/out	Seg	Leite integral com café e biscoito (sem açúcar)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em tiras com cenoura / acelga refogada. Melancia
25/out	Ter	Leite integral com maçã e pão de leite com geleia	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com abobrinha / repolho refogado. Suco natural de manga
26/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito (sem açúcar)	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada. Abacaxi
27/out	Qui	Leite integral com mamão e bolo caseiro de banana (sem açúcar)	Arroz / feijão preto / carne desfiada com abóbora / couve refogada. Maçã
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>	
<b>DATA</b>		<b>DESJEJUM OU LANCHE</b>	
<b>DIA</b>		<b>ALMOÇO OU JANTAR</b>	
31/out	Seg	Leite integral com mamão e biscoito (sem açúcar)	Arroz / feijão carioca / omelete com escarola / cenoura cozida com cheiro verde. Suco natural de laranja

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	486,3	15	15,9	81,8	311,2	35,6	291	4,1	399

\* 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 Theresia Ferreira Cyrino**  
**RG: 8.205.146-X**  
**Secretaria Municipal de Educação**

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

DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR (07:00H OU 16:00H)
03/out	Seg	Leite integral com mamão
04/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
05/out	Qua	Leite integral com banana
06/out	Qui	Leite integral com café e biscoito salgado integral
07/out	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
10/out	Seg	Leite integral com maçã
11/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Leite integral com banana
14/out	Sex	Leite integral com café e biscoito salgado integral
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
17/out	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado integral
18/out	Ter	Leite integral com maçã
19/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado
20/out	Qui	Leite integral com banana
21/out	Sex	Leite integral com café e biscoito doce sem recheio
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
24/out	Seg	Leite integral com café e biscoito salgado
25/out	Ter	Leite integral com maçã
26/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
27/out	Qui	Leite integral com mamão
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
31/out	Seg	Leite integral com mamão

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	302,5	6,8	10,1	46,1	138	3,8	244,7	1,4	161

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

  
**Danielli Villar**  
 RG: 23.743.431-3  
 Secretária Adjunta de Educação

  
**Maria Ap. Bakos**  
 Coordenadora  
 CRN 10443



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2022**  
**CARDÁPIO 5: ALUNOS DA ASPAD, JAM E PSE DE 4 A 10 ANOS - LANCHE**  
**COMPLEMENTAR**

DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR (07:00H OU 16:00H)
03/out	Seg	Leite integral com mamão
04/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
05/out	Qua	Leite integral com banana
06/out	Qui	Leite integral com café e biscoito salgado integral
07/out	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
10/out	Seg	Leite integral com maçã
11/out	Ter	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Leite integral com banana
14/out	Sex	Leite integral com café e biscoito salgado integral
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
17/out	Seg	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado integral
18/out	Ter	Leite integral com maçã
19/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado
20/out	Qui	Leite integral com banana
21/out	Sex	Leite integral com café e biscoito doce sem recheio
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
24/out	Seg	Leite integral com café e biscoito salgado
25/out	Ter	Leite integral com maçã
26/out	Qua	Leite integral com achocolatado e biscoito doce sem recheio
27/out	Qui	Leite integral com mamão
28/out	Sex	Leite integral com achocolatado e biscoito salgado integral
DATA	DIA	LANCHE COMPLEMENTAR
31/out	Seg	Leite integral com mamão


Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	302,5	6,8	10,1	46,1	138	3,8	244,7	1,4	181

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

  
 Danielli Villar  
 RG: 23.743.431-3  
 Secretária Adjunta de Educação

  
 Maria Ap. Bakos  
 Coordenadora  
 CRN 10443

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

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
03/out	Seg	Polenta cremosa com carne moída ao sugo / abobrinha refogada
04/out	Ter	Torta de frango desfiado com seleta de legumes
05/out	Qua	Bolo de banana com abacaxi desidratado
06/out	Qui	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / salada de repolho
07/out	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate e pimentão / salada de alface e beterraba ralada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
10/out	Seg	Pão de queijo de forma
11/out	Ter	Arroz / estrogonoffe de frango / batata rústica (assada com casca, orégano e manjerição) / salada de acelga
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Arroz / feijão carioca / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora
14/out	Sex	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, molho de tomate com ervilha e orégano
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
17/out	Seg	Sanduíche integral de pernil com vinagrete (tomate, cebola e pepino)
18/out	Ter	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abóbora cozida com cheiro verde
19/out	Qua	Macarrão integral refogado com molho de tomate / frango em tiras acebolado / abobrinha refogada
20/out	Qui	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
21/out	Sex	Sanduíche de frango desfiado ao sugo com milho verde e alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
24/out	Seg	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / cenoura cozida com cheiro verde
25/out	Ter	Torta de carne moída com tomate e acelga
26/out	Qua	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
27/out	Qui	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
31/out	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / cenoura cozida

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	525,2	16,1	7,4	68,3

\* 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**

  
**Danielli Villar**  
**RG: 23.743.431-3**  
**Secretária Adjunta de Educação**

  
**Maria Ap. Bakos**  
**Coordenadora**  
**CRN 10443**



**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2022**  
**CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEF DE 6 A 10 ANOS (PERÍODO PARCIAL)**

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
03/out	Seg	Polenta cremosa com carne moída ao sugo / abobrinha refogada
04/out	Ter	Torta de frango desfiado com seleta de legumes
05/out	Qua	Bolo de banana
06/out	Qui	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / salada de repolho
07/out	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate e pimentão / salada de alface e beterraba ralada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
10/out	Seg	Pão de queijo de forma
11/out	Ter	Arroz / estrogonoffe de frango / batata rústica (assada com casca, orégano e manjerição) / salada de acelga
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Arroz / feijão carioca / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora
14/out	Sex	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, molho de tomate com ervilha e orégano
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
17/out	Seg	Sanduíche integral de pernil com vinagrete (tomate, cebola e pepino)
18/out	Ter	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abóbora cozida com cheiro verde
19/out	Qua	Macarrão integral refogado com molho de tomate / frango em tiras acebolado / abobrinha refogada
20/out	Qui	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
21/out	Sex	Sanduíche de frango desfiado ao sugo com milho verde e alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
24/out	Seg	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / cenoura cozida com cheiro verde
25/out	Ter	Torta de carne moída com tomate e acelga
26/out	Qua	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
27/out	Qui	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
31/out	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / cenoura cozida

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	525,2	16,1	7,4	68,3

\* 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

  
 Danjelli Villar  
 RG: 23.743.431-3  
 Secretária Adjunta de Educação

  
 Maria Ap. Bakos  
 Coordenadora  
 CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2022

CARDÁPIO 6 ADAPTADO: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS (ALMOÇO)

DATA	DIA	REFEIÇÃO (11:30-12:00H)
03/out	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / salada de cenoura ralada
04/out	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras refogado com molho de tomate / seleta de legumes
05/out	Qua	Arroz / feijão carioca / polenta cremosa com carne moída ao sugo / abobrinha refogada
06/out	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate e pimentão / salada de alface e beterraba ralada
07/out	Sex	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / salada de repolho
DATA	DIA	REFEIÇÃO
10/out	Seg	Arroz / estrogonoffe de frango / batata ao alho e cheiro verde / salada de acelga
11/out	Ter	Arroz / feijão carioca / omelete com queijo / chuchu cozido com cheiro verde
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Arroz com ervilha / feijão carioca / frango em cubos acebolado / salada de tomate
14/out	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora
DATA	DIA	REFEIÇÃO
17/out	Seg	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abóbora cozida com cheiro verde
18/out	Ter	Macarrão integral refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abobrinha refogada
19/out	Qua	Arroz / feijão carioca / frango em cubos refogado com molho de tomate e milho verde / salada de alface
20/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
21/out	Sex	Arroz / feijão preto com linguíça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
24/out	Seg	Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / salada de acelga
25/out	Ter	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / almôndega ao sugo / cenoura cozida com cheiro verde
26/out	Qua	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
27/out	Qui	Arroz / feijão carioca / pernil acebolado / vinagrete (tomate, cebola e pepino)
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
DATA	DIA	REFEIÇÃO
31/out	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca / frango em tiras refogado com molho de tomate / salada de pepino

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	403,9	16,1	7,4	68,3

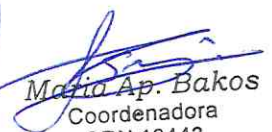
\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

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

  
Danielli Villar  
RG: 23.743.431-3  
Secretária Adjunta de Educação

  
Maria Ap. Bakos  
Coordenadora  
CRN 10443





## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2022

CARDÁPIO 6 ADAPTADO: ALUNOS DA ASPAD, JAM E CEPAC DE 4 A 10 ANOS (ALMOÇO)

DATA	DIA	REFEIÇÃO (11:30-12:00H)
03/out	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / salada de cenoura ralada
04/out	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras refogado com molho de tomate / seleta de legumes
05/out	Qua	Arroz / feijão carioca / polenta cremosa com carne moída ao sugo / abobrinha refogada
06/out	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate e pimentão / salada de alface e beterraba ralada
07/out	Sex	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / salada de repolho
DATA	DIA	REFEIÇÃO
10/out	Seg	Arroz / estrogonoffe de frango / batata ao alho e cheiro verde / salada de acelga
11/out	Ter	Arroz / feijão carioca / omelete com queijo / chuchu cozido com cheiro verde
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Arroz com ervilha / feijão carioca / frango em cubos acebolado / salada de tomate
14/out	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora
DATA	DIA	REFEIÇÃO
17/out	Seg	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abóbora cozida com cheiro verde
18/out	Ter	Macarrão integral refogado com molho de tomate / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abobrinha refogada
19/out	Qua	Arroz / feijão carioca / frango em cubos refogado com molho de tomate e milho verde / salada de alface
20/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
21/out	Sex	Arroz / feijão preto com linguíça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
24/out	Seg	Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / salada de acelga
25/out	Ter	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / almôndega ao sugo / cenoura cozida com cheiro verde
26/out	Qua	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
27/out	Qui	Arroz / feijão carioca / pernil acebolado / vinagrete (tomate, cebola e pepino)
28/out	Sex	Arroz / feijão carioca com louro / frango em tiras com cenoura / repolho refogado
DATA	DIA	REFEIÇÃO
31/out	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca / frango em tiras refogado com molho de tomate / salada de pepino

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	403,9	16,1	7,4	68,3

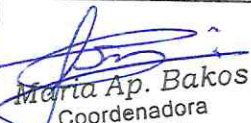
\* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

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

  
Danielli Villar  
RG: 23.743.431-3  
Secretária Adjunta de Educação

  
Maria Ap. Bakos  
Coordenadora  
CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2022

CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEI E EMEIF DE 4 A 10 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
03/out	Seg	Melão
04/out	Ter	Suco concentrado de caju
05/out	Qua	Vitamina de maçã
06/out	Qui	Banana / Suco natural de uva orgânico
07/out	Sex	Melancia
DATA	DIA	SOBREMESA
10/out	Seg	Suco concentrado de uva
11/out	Ter	Creme de chocolate com farofa de biscoito
12/out	Qua	FERIADO
13/out	Qui	Maçã / Suco natural de uva orgânico
14/out	Sex	Suco concentrado de goiaba
DATA	DIA	SOBREMESA
17/out	Seg	Suco concentrado de goiaba
18/out	Ter	Maçã
19/out	Qua	Doce individual de leite / Suco natural de uva orgânico
20/out	Qui	Mamão
21/out	Sex	Suco concentrado de maracujá
DATA	DIA	SOBREMESA
24/out	Seg	Doce individual de banana / Suco natural de uva orgânico
25/out	Ter	Suco concentrado de manga
26/out	Qua	Abacaxi
27/out	Qui	Laranja
28/out	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	SOBREMESA
31/out	Seg	Mamão / Suco natural de uva orgânico

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	97,3	0,4	0,5	22,8

Assinaturas:

Secretaria Municipal de Educação - SME  
Emily Bezerra Fernandes 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 - OUTUBRO 2022**
**CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEF DE 6 A 10 ANOS E EJA DE 19 A 60 ANOS  
(PERÍODO PARCIAL)**


DATA	DIA	<b>SOBREMESA</b> (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
03/out	Seg	Melão
04/out	Ter	Suco concentrado de caju
05/out	Qua	Vitamina de maçã
06/out	Qui	Banana / Suco natural de uva orgânico
07/out	Sex	Melancia
DATA	DIA	<b>SOBREMESA</b>
10/out	Seg	Suco concentrado de uva
11/out	Ter	Creme de chocolate com farofa de biscoito
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Maçã / Suco natural de uva orgânico
14/out	Sex	Suco concentrado de goiaba / Abacaxi desidratado
DATA	DIA	<b>SOBREMESA</b>
17/out	Seg	Suco concentrado de goiaba
18/out	Ter	Maçã
19/out	Qua	Doce individual de leite / Suco natural de uva orgânico
20/out	Qui	Mamão
21/out	Sex	Suco concentrado de maracujá
DATA	DIA	<b>SOBREMESA</b>
24/out	Seg	Doce individual de banana / Suco natural de uva orgânico
25/out	Ter	Suco concentrado de manga
26/out	Qua	Abacaxi
27/out	Qui	Laranja
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
DATA	DIA	<b>SOBREMESA</b>
31/out	Seg	Mamão / Suco natural de uva orgânico


Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	97,3	0,4	0,5	22,8

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

  
 Danielli Villar  
 RG: 23.743.431-3  
 Secretária Adjunta de Educação

  
 Maria Ap. Bakos  
 Coordenadora  
 CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2022

CARDÁPIO 7: ALUNOS DA ASPAD, JAM, CEPAC E PSE DE 4 A 10 ANOS  
(PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
03/out	Seg	Melão
04/out	Ter	Suco concentrado de caju
05/out	Qua	Vitamina de maçã
06/out	Qui	Banana / Suco natural de uva orgânico
07/out	Sex	Melancia
DATA	DIA	SOBREMESA
10/out	Seg	Suco concentrado de uva
11/out	Ter	Creme de chocolate com farofa de biscoito
12/out	Qua	FERIADO
13/out	Qui	Maçã / Suco natural de uva orgânico
14/out	Sex	Suco concentrado de goiaba / Abacaxi desidratado
DATA	DIA	SOBREMESA
17/out	Seg	Suco concentrado de goiaba
18/out	Ter	Maçã
19/out	Qua	Doce individual de leite / Suco natural de uva orgânico
20/out	Qui	Mamão
21/out	Sex	Suco concentrado de maracujá
DATA	DIA	SOBREMESA
24/out	Seg	Doce individual de banana / Suco natural de uva orgânico
25/out	Ter	Suco concentrado de manga
26/out	Qua	Abacaxi
27/out	Qui	Laranja
28/out	Sex	Suco concentrado de caju
DATA	DIA	SOBREMESA
31/out	Seg	Mamão / Suco natural de uva orgânico

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	97,3	0,4	0,5	22,8

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

  
Danielli Villar  
RG: 23.743.431-3  
Secretária Adjunta de Educação

  
Maria Ap. Bakos  
Coordenadora  
CRN 10443



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

DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)
03/out	Seg	Pão com margarina / leite integral com café
04/out	Ter	Torta de carne moída com milho verde / suco concentrado de manga
05/out	Qua	logurte com aveia / maçã
06/out	Qui	Biscoito salgado / leite integral com achocolatado
07/out	Sex	Arroz doce com canela / banana
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
10/out	Seg	Pão com queijo / leite integral com achocolatado
11/out	Ter	Pipoca / leite integral batido com maçã
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Biscoito doce / leite integral batido com banana e granola
14/out	Sex	Bolo de fubá / suco concentrado de goiaba
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
17/out	Seg	Pão com geleia / leite integral com achocolatado
18/out	Ter	Canjica com canela / maçã
19/out	Qua	Torta de frango com tomate / suco concentrado de caju
20/out	Qui	logurte com frutas (mamão, banana, maçã)
21/out	Sex	Leite integral com flocos de milho / banana
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
24/out	Seg	Leite integral com flocos de milho / mamão
25/out	Ter	Pão com requeijão / leite integral com café
26/out	Qua	Pizza (molho de tomate, queijo mussarela, tomate e orégano) / suco concentrado de uva
27/out	Qui	Pão de queijo de forma / leite integral com achocolatado
28/out	Sex	Biscoito salgado integral / leite integral com café
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
31/out	Seg	Torta de legumes (seleta de legumes, tomate e cheiro verde) / suco concentrado de maracujá

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	325,6	9,1	11,2	47,1

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

Danielli Villar  
 RG: 23.743.431-3  
 Secretária Adjunta de Educação

Maria Ap. Bakos  
 Coordenadora  
 CRN 10443

CARDÁPIO 8: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS (LANCHE PROJETO)

DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)
03/out	Seg	Pão com margarina / leite integral com café
04/out	Ter	Torta de carne moída com milho verde / suco concentrado de manga
05/out	Qua	iogurte com aveia / maçã
06/out	Qui	Biscoito salgado / leite integral com achocolatado
07/out	Sex	Arroz doce com canela / banana
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
10/out	Seg	Pão com queijo / leite integral com achocolatado
11/out	Ter	Pipoca / leite integral batido com maçã
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	Biscoito doce / leite integral batido com banana e granola
14/out	Sex	Bolo de fubá / suco concentrado de goiaba
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
17/out	Seg	Pão com geleia / leite integral com achocolatado
18/out	Ter	Canjica com canela / maçã
19/out	Qua	Torta de frango com tomate / suco concentrado de caju
20/out	Qui	iogurte com frutas (mamão, banana, maçã)
21/out	Sex	Biscoito salgado integral / leite integral com café
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
24/out	Seg	Leite integral com flocos de milho / mamão
25/out	Ter	Pão com requeijão / leite integral com café
26/out	Qua	Pizza (molho de tomate, queijo mussarela, tomate e orégano) / suco concentrado de uva
27/out	Qui	Pão de queijo de forma / leite integral com achocolatado
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
<b>DATA</b>	<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>
31/out	Seg	Torta de legumes (seleta de legumes, tomate e cheiro verde) / suco concentrado de maracujá

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)
	325,6	9,1	11,2	47,1

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

  
**Danielli Villar**  
 RG: 23.743.431-3  
 Secretária Adjunta de Educação

  
**Marta Ap. Bakos**  
 Coordenadora  
 CRN 10443





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

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (19:30-19:50H)
03/out	Seg	Torta de frango desfiado com seleta de legumes
04/out	Ter	Polenta cremosa / carne moída ao sugo / abobrinha refogada
05/out	Qua	Bolo de banana
06/out	Qui	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / salada de repolho
07/out	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe cozido com batata, tomate e pimentão / salada de alface e beterraba ralada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
10/out	Seg	Pão de queijo de forma
11/out	Ter	Arroz / estrogonoffe de frango / batata rústica (assada com casca, orégano e manjericão) / salada de acelga
12/out	Qua	<b>FERIADO</b>
13/out	Qui	* Arroz / feijão carioca / carne moída com escarola / purê misto de batata e abóbora
14/out	Sex	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, molho de tomate com ervilha e orégano
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
17/out	Seg	Sanduíche integral de pernil com vinagrete (tomate, cebola e pepino)
18/out	Ter	Arroz / feijão carioca / carne moída com batata / abóbora cozida com cheiro verde
19/out	Qua	Macarrão integral refogado com molho de tomate / frango em tiras acebolado / abobrinha refogada
20/out	Qui	* Arroz / feijão carioca / PTS refogada com couve / abobrinha e tomate refogados
21/out	Sex	Sanduíche de frango desfiado ao sugo com milho verde e alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
24/out	Seg	Macarrão ao alho e óleo / almôndega ao sugo / cenoura cozida com cheiro verde
25/out	Ter	Torta de carne moída com tomate e acelga
26/out	Qua	* Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho de PTS / escarola refogada
27/out	Qui	Arroz / feijão preto com linguíça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
28/out	Sex	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
31/out	Seg	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / cenoura cozida

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)
	534,1	15,1	10,5	87,0

\* 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  
 Secretária Municipal de Educação



## MERENDA JACARÉ - OUTUBRO 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)	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	60,5	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:

  
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  
Secretária Municipal de Educação





## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 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

#### 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:

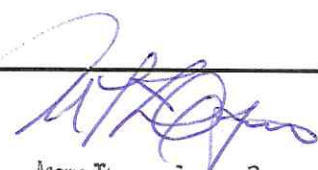
\* Destinado a atender a unidade educacional em situação especial ou emergencial, que impossibilite o preparo e distribuição da alimentação (falta de água, procedimentos de conserto na tubulação de gás, reformas, adaptações/repairs nas instalações, etc.)

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  
Secretária Municipal de Educação