




ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
CARDÁPIO 1: ALUNOS DA CRECHE DE 4 A 5 MESES (PERÍODO INTEGRAL)

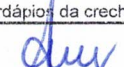
DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e banana	Fórmula Infantil 1	Mamão e banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
02/nov	Qui	FERIADO			
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO			
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
06/nov	Seg	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula Infantil 1	Manga em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
07/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com goiaba	Fórmula Infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
08/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e banana	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
09/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
10/nov	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula Infantil 1	Abacate e banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
13/nov	Seg	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
14/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com goiaba	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
15/nov	Qua	FERIADO			
16/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
17/nov	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula Infantil 1	Abacate e banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
20/nov	Seg	FERIADO			
21/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com abacate	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
22/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com arroz e banana	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
23/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
24/nov	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
27/nov	Seg	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula Infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
28/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula Infantil 1	Manga em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
29/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e banana	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
30/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com pera	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1


Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	497,6	10,28	22,05	64,56	503,90	103,93	299,39	5,95	119,41

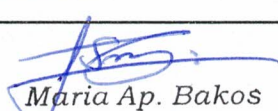
OBS : Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios da creche.

Assinaturas:


 Secretária Municipal de Educação - SME
 Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


 Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701-860-X


 Maria Thereza Ferreira Cyrino
 RG: 8.205.148-X
 Secretária Municipal de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
CARDÁPIO 2: ALUNOS DA CRECHE DE 6 A 12 MESES (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/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com aveia e banana	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com cheiro verde / chuchu refogado. Banana amassada	Mamão e banana amassados / Fórmula infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
02/nov	Qui	FERIADO			
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO			
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
06/nov	Seg	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / ovo mexido com abobrinha / salada de acelga. Melancia em papa	Manga em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com cará, tomate e frango desfiado
07/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com goiaba e uva passa	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com abóbora e cheiro verde / beterraba cozida. Maçã raspada	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e carne moída
08/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com aveia, banana e uva passa	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abóbora cozida. Banana amassada	Mamão amassado / Fórmula infantil 2	Sopa creme de ervilha com repolho, cenoura e carne moída
09/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com mamão e uva passa	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / carne moída com tomate / purê misto de batata e cenoura. Banana amassada	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
10/nov	Sex	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Mamão amassado	Abacate e banana amassados / Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com abobrinha ralada, couve e ovo
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
13/nov	Seg	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / carne moída com repolho / abóbora cozida. Melão em papa	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com frango desfiado
14/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com goiaba e uva passa	Papa: Cará / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / cenoura cozida. Maçã raspada	Melancia em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioca com tomate, acelga e carne moída
15/nov	Qua	FERIADO			
16/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / frango desfiado ao sugo (extrato de tomate e manjericão) / espinafre refogado. Manga em papa	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com beterraba e carne moída
17/nov	Sex	Fórmula infantil 2 com banana	* Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / kibe de PTS clara (com batata e hortelã) / couve refogada. Banana amassada	Frapê de fórmula infantil 2 com manga e uva passa	* Sopa creme de lentilha com chuchu, abóbora e couve
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
20/nov	Seg	FERIADO			
21/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com abacate e uva passa	Papa: Mandioca / feijão carioca peneirado / carne desfiada com cheiro verde / abóbora cozida. Goiaba amassada e peneirada	Melancia em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, escarola e frango desfiado
22/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com arroz e banana	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / carne moída ao sugo (extrato de tomate e manjericão) / escarola refogada. Mamão amassado	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e frango desfiado
23/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / frango desfiado com abobrinha / cenoura cozida. Banana amassada	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com tomate, espinafre e ovo
24/nov	Sex	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / espinafre refogado. Maçã raspada	Mamão amassado / Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com carne moída, inhame e abóbora
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
27/nov	Seg	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / polenta com carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abobrinha refogada com cheiro verde. Mamão amassado	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com tomate, acelga e ovo
28/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Batata / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola / cenoura ralada. Melão em papa	Manga em papa / Fórmula infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
29/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com aveia, banana e uva passa	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / peixe temperado com limão e cozido com batata e tomate / salada de alface picada. Melancia em papa	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, batata e frango desfiado
30/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com pera e uva passa	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / escondidinho (batata) de PTS clara / couve refogada. Sorvete natural pastoso de manga	* Banana amassada / Fórmula infantil 2	* Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre


*

Campanha Internacional Segunda Sem Carne


Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	697,2	23,47	25,92	97,92	869,19	90,50	313,47	6,90	380,08

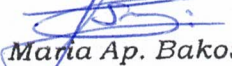
OBS.: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios da creche.

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Luiz Henrique Lima Affonso
Nutricionista
CRN3 45427


Rany G. C. Bittencourt
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar-CAE
RG 28.701-860-X


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


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
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/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana	Arroz / feijão carioca / carne moída com cheiro verde / chuchu refogado. Suco natural de laranja com beterraba	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
02/nov	Qui	FERIADO			
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO			
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
06/nov	Seg	Leite integral com maçã, cacau e uva passa / biscoito caseiro de polvilho	Arroz com cenoura / feijão carioca / ovo mexido com abobrinha / salada de acelga. Melancia	logurte natural batido com manga e uva passa	Sopa creme de feijão com cará, tomate e frango desfiado
07/nov	Ter	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com geleia de uva	Macarrão refogado com extrato de tomate e manjeriço / feijão carioca / frango em tiras com abóbora e cheiro verde / beterraba cozida em cubos. Maçã	Melão	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e carne moída
08/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia, banana e uva passa	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abóbora cozida em cubos. Banana	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de ervilha com repolho, cenoura e carne moída
09/nov	Qui	Leite integral com mamão e uva passa / pão francês com ovo mexido	Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / purê misto de batata e cenoura. Banana	Leite integral com banana, aveia e uva passa	Sopa creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e ovo
10/nov	Sex	Leite integral com banana / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Mamão	Leite integral com abacate, banana e uva passa	Sopa creme de fubá com abobrinha ralada, couve e ovo
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
13/nov	Seg	Leite integral com mamão / biscoito caseiro de gergelim	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com repolho / abóbora cozida em cubos. Melão	Leite integral com maçã e uva passa	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com frango desfiado
14/nov	Ter	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com requeijão caseiro	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / cenoura cozida em cubos. Maçã	Melancia	Sopa creme de mandioca com tomate, acelga e carne moída
15/nov	Qua	FERIADO			
16/nov	Qui	Leite integral com maçã, cacau e uva passa / pão francês integral com geleia de frutas vermelhas (amora, framboesa e morango)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate e manjeriço) / espinafre refogado. Manga	Leite integral com banana, aveia e uva passa	Sopa creme de abóbora com beterraba e carne moída
17/nov	Sex	Leite integral com banana / bolo caseiro de banana	* Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS clara (com batata e hortelã) / couve refogada. Banana	Frapê de leite integral com manga e uva passa	* Sopa creme de lentilha com chuchu, abóbora e couve
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
20/nov	Seg	FERIADO			
21/nov	Ter	Leite integral com abacate, cacau e uva passa / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com cheiro verde / abóbora cozida em cubos. Goiaba amassada e peneirada	Melancia	Sopa creme de batata com tomate, escarola e frango desfiado
22/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com arroz e banana	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída ao sugo (extrato de tomate e manjeriço) / escarola refogada. Mamão	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de mandioquinha com cenoura, abobrinha e frango desfiado
23/nov	Qui	Leite integral com mamão / pão francês integral com manteiga	Arroz / feijão preto / frango em cubos com abobrinha / cenoura cozida em cubos. Banana	logurte natural de inhame batido com banana e uva passa	Sopa creme de fubá com tomate, espinafre e ovo
24/nov	Sex	Leite integral com banana / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / espinafre refogado. Maçã	Leite integral com mamão, uva passa e aveia	Sopa creme de feijão com carne moída, inhame e abóbora
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
27/nov	Seg	Leite integral com mamão / pão francês com geleia de uva	Arroz / feijão carioca com louro / polenta com carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Mamão	Melão	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
28/nov	Ter	Leite integral com maçã, cacau e uva passa / biscoito caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com escarola / cenoura em rodela. Melão	Goiaba amassada e peneirada	Sopa creme de fubá com tomate, acelga e ovo
29/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia, banana e uva passa	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e cozido com batata e tomate / salada de alface. Melancia	Leite integral com maçã	Sopa creme de ervilha com arroz, batata e frango desfiado
30/nov	Qui	Leite integral com pera, cacau e uva passa / pão francês com geleia de frutas vermelhas (amora, framboesa e morango)	* Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de PTS clara / couve refogada. Sorvete natural pastoso de manga	Leite integral com banana, aveia e uva passa	* Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	878,2	34,48	26,28	126,05	828,89	83,20	379,79	4,53	512,92

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne
 OBS.: As preparações de leite com cacau serão substituídas por leite batido com frutas variadas para menores de 02 anos.
 OBS.: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios da creche.

Assinaturas:

Luiz Henrique Lima Affonso
 Secretária Municipal de Educação - SME
 Nutricionista
 CRN3 45427

Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701-860-X

Maria Thereza Ferreira Cirino
 RG: 8.205.146-X
 Secretária Municipal de Educação

Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
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/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana	Arroz / feijão carioca / carne moída com cheiro verde / chuchu refogado. Suco natural de laranja com beterraba
02/nov	Qui	FERIADO	
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO	
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
06/nov	Seg	Leite integral com maçã, cacau e uva passa / biscoito caseiro de polvilho	Arroz com cenoura / feijão carioca / ovo mexido com abobrinha / salada de acelga. Melancia
07/nov	Ter	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com geleia de uva	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com abóbora e cheiro verde / beterraba cozida em cubos. Maçã
08/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia, banana e uva passa	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abóbora cozida em cubos. Banana
09/nov	Qui	Leite integral com mamão e uva passa / pão francês com ovo mexido	Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / purê misto de batata e cenoura. Banana
10/nov	Sex	Leite integral com banana / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Mamão
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
13/nov	Seg	Leite integral com mamão / biscoito caseiro de gergelim	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com repolho / abóbora cozida em cubos. Melão
14/nov	Ter	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com requeijão caseiro	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / cenoura cozida em cubos. Maçã
15/nov	Qua	FERIADO	
16/nov	Qui	Leite integral com maçã, cacau e uva passa / pão francês integral com geleia de frutas vermelhas (amora, framboesa e morango)	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate e manjerição) / espinafre refogado. Manga
17/nov	Sex	Leite integral com banana / bolo caseiro de banana	* Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS clara (com batata e hortelã) / couve refogada. Banana
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
20/nov	Seg	FERIADO	
21/nov	Ter	Leite integral com abacate, cacau e uva passa / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com cheiro verde / abóbora cozida em cubos. Goiaba amassada e peneirada
22/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com arroz e banana	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída ao sugo (extrato de tomate e manjerição) / escarola refogada. Mamão
23/nov	Qui	Leite integral com mamão / pão francês integral com manteiga	Arroz / feijão preto / frango em cubos com abobrinha / cenoura cozida em cubos. Banana
24/nov	Sex	Leite integral com banana / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com tomate / espinafre refogado. Maçã
DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE	ALMOÇO OU JANTAR
27/nov	Seg	Leite integral com mamão / pão francês com geleia de uva	Arroz / feijão carioca com louro / polenta com carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Mamão
28/nov	Ter	Leite integral com maçã, cacau e uva passa / biscoito caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com escarola / cenoura em rodela. Melão
29/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia, banana e uva passa	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e cozido com batata e tomate / salada de alface. Melancia
30/nov	Qui	Leite integral com pera, cacau e uva passa / pão francês com geleia de frutas vermelhas (amora, framboesa e morango)	* Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de PTS clara / couve refogada. Sorvete natural pastoso de manga

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	552,0	22,09	14,89	82,41	436,44	50,44	228,06	2,97	799,92

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS.: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios da creche.

Assinaturas:

Secretaria Municipal de Educação - SME
Luiz Henrique Lima Affonso
Nutricionista
CRN3 45427

Rany G. C. Bittencourt
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar-CAE
RG 28.701.860-X

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


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
CARDÁPIO 5: ALUNOS DA EMEI, EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS - LANCHE
COMPLEMENTAR

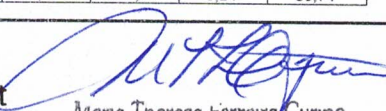
DATA	DIA	LANCHE (07:00H OU 16:00H)
01/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
02/nov	Qui	FERIADO
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	LANCHE
06/nov	Seg	Leite integral com mamão
07/nov	Ter	Leite integral com maçã e cacau
08/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
09/nov	Qui	Leite integral com maçã
10/nov	Sex	Leite integral com banana
DATA	DIA	LANCHE
13/nov	Seg	Leite integral com mamão
14/nov	Ter	Leite integral com maçã e cacau
15/nov	Qua	FERIADO
16/nov	Qui	Leite integral com banana e aveia
17/nov	Sex	Leite integral com banana
DATA	DIA	LANCHE
20/nov	Seg	FERIADO
21/nov	Ter	Leite integral com abacate
22/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
23/nov	Qui	Leite integral com mamão e aveia
24/nov	Sex	Leite integral com banana e cacau
DATA	DIA	LANCHE
27/nov	Seg	Leite integral com mamão
28/nov	Ter	Leite integral com maçã
29/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
30/nov	Qui	Leite integral com maçã e cacau


Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	231,3	9,03	8,75	23,12	124,39	8,49	270,44	0,24	99,74

Assinaturas:


 Secretária Municipal de Educação - SME
 Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


 Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701.860-X


 Maria Tereza Ferreira Cyrino
 RG: 8.205.146-X
 Secretária Municipal de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

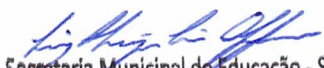
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/nov	Qua	Sanduíche de pão de leite com carne moída, extrato de tomate (batido com cenoura), manjeriçã e cenoura ralada
02/nov	Qui	FERIADO
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
06/nov	Seg	Arroz colorido (cenoura e ervilha) / feijão carioca / omelete com cheiro verde / salada de acelga
07/nov	Ter	Sanduíche de pão de leite de frango desfiado ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) com cenoura
08/nov	Qua	Macarrão integral ao alho e óleo / almôndega ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / abóbora cozida em cubos / salada de alface
09/nov	Qui	Torta de carne moída com cenoura, chuchu e tomate
10/nov	Sex	Arroz / feijão preto / carne em cubos com mandioca / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
13/nov	Seg	Arroz com ervilha / feijão carioca com louro / carne moída com repolho / purê de abóbora
14/nov	Ter	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com tomate, orégano e milho verde
15/nov	Qua	FERIADO
16/nov	Qui	Macarrão ao alho e óleo / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate e manjeriçã) / salada de acelga
17/nov	Sex	* Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS (com batata e hortelã) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
20/nov	Seg	FERIADO
21/nov	Ter	Arroz integral / feijão carioca / carne em cubos com batata doce em cubos / salada de alface e tomate
22/nov	Qua	Polenta cremosa com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / escarola refogada
23/nov	Qui	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
24/nov	Sex	Bolo da Super Merendeira "Tia Josiane" (Bolo de abóbora mesclado com cacau)
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
27/nov	Seg	Polenta com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
28/nov	Ter	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, extrato de tomate (batido com abóbora) e orégano
29/nov	Qua	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e pimentão e cozido com batata e tomate / salada de repolho
30/nov	Qui	* Arroz / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de PTS / couve refogada

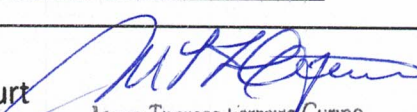
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	311,7	14,31	9,58	42,08	565,83


* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


Luiz Henrique Lima Affonso
 Secretária Municipal de Educação - SME
 Nutricionista
 CRN3 45427


Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701.860-X


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


Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023


CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/nov	Qua	Suco natural de manga
02/nov	Qui	FERIADO
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	SOBREMESA
06/nov	Seg	Melão
07/nov	Ter	Suco natural de maracujá
08/nov	Qua	Canjica com canela
09/nov	Qui	Suco natural de melancia
10/nov	Sex	Maçã
DATA	DIA	SOBREMESA
13/nov	Seg	Melancia
14/nov	Ter	Suco natural de goiaba
15/nov	Qua	FERIADO
16/nov	Qui	Maçã
17/nov	Sex	* Banana
DATA	DIA	SOBREMESA
20/nov	Seg	FERIADO
21/nov	Ter	Melancia
22/nov	Qua	Arroz doce com canela
23/nov	Qui	Laranja
24/nov	Sex	Mamão
DATA	DIA	SOBREMESA
27/nov	Seg	Doce individual de amendoim
28/nov	Ter	Suco natural de laranja
29/nov	Qua	Mamão
30/nov	Qui	* Banana

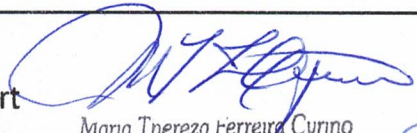
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	86,3	1,60	0,95	17,85	11,56

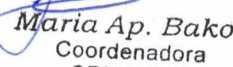
* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701-860-X


Maria Thereza Ferreira Cynno
 RG: 8.205.146-X
 Secretária Municipal de Educação


Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443


ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEI, EMEF, EMEIF DE 4 A 10 ANOS
(PERÍODO PARCIAL)

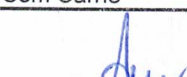
DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/nov	Qua	Suco natural de manga
02/nov	Qui	FERIADO
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	SOBREMESA
06/nov	Seg	Melão
07/nov	Ter	Suco natural de maracujá
08/nov	Qua	Canjica com canela
09/nov	Qui	Suco natural de melancia
10/nov	Sex	Maçã
DATA	DIA	SOBREMESA
13/nov	Seg	Melancia
14/nov	Ter	Suco natural de goiaba
15/nov	Qua	FERIADO
16/nov	Qui	Maçã
17/nov	Sex	* Banana
DATA	DIA	SOBREMESA
20/nov	Seg	FERIADO
21/nov	Ter	Melancia
22/nov	Qua	Arroz doce com canela
23/nov	Qui	Laranja
24/nov	Sex	Iogurte integral de morango
DATA	DIA	SOBREMESA
27/nov	Seg	Doce individual de amendoim
28/nov	Ter	Suco natural de laranja
29/nov	Qua	Mamão
30/nov	Qui	* Banana

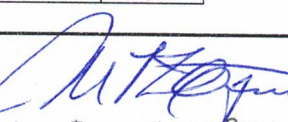
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	86,3	1,60	0,95	17,85	11,56


* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


 Secretária Municipal de Educação - SME
Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701.860-X


 Maria Thereza Ferreiro Cyrino
 RG: 8.205.146-X
 Secretária Municipal de Educação


Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443


ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023


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

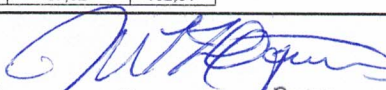
DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)
01/nov	Qua	Bolo caseiro da Super Merendeira "Tia Josiane" (abóbora mesclado com cacau) / leite integral com cacau
02/nov	Qui	FERIADO
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	LANCHE
06/nov	Seg	Pão de leite com queijo / leite integral com cacau
07/nov	Ter	Biscoito salgado / leite integral com café / sorvete natural pastoso de manga
08/nov	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com cenoura, ervilha e cheiro verde / suco natural de abacaxi com hortelã
09/nov	Qui	Pipoca / salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)
10/nov	Sex	Bolo de maçã com canela / leite integral com banana
DATA	DIA	LANCHE
13/nov	Seg	Pão de queijo de forma caseiro / suco natural de uva
14/nov	Ter	Canjica com canela / maçã
15/nov	Qua	FERIADO
16/nov	Qui	Pizza (massa de torta) de queijo, extrato de tomate, tomate e orégano / suco natural de goiaba
17/nov	Sex	Pão de leite integral com carne desfiada ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) com cheiro verde / suco natural de manga
DATA	DIA	LANCHE
20/nov	Seg	FERIADO
21/nov	Ter	Biscoito salgado integral / suco natural de laranja / salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)
22/nov	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com ervilha, abóbora e tomate / suco natural de limão
23/nov	Qui	Pão de leite com geleia de morango / leite integral com banana e aveia
24/nov	Sex	Bolo caseiro de laranja / leite integral com cacau
DATA	DIA	LANCHE
27/nov	Seg	Biscoito doce sem recheio / leite integral com maçã com aveia
28/nov	Ter	Pão de leite com margarina / leite integral com café / melão
29/nov	Qua	Torta de carne moída com tomate, abobrinha, milho e cheiro verde / suco natural de laranja
30/nov	Qui	Bolo caseiro de banana / leite integral com mamão


Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	271,1	8,96	9,69	37,02	192,61

Assinaturas:


 Secretária Municipal de Educação - SME
 Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


 Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701 860-X


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


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443


ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
CARDÁPIO 9: ALUNOS DA EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/nov	Qua	Polenta cremosa com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / cenoura ralada
02/nov	Qui	FERIADO
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	REFEIÇÃO
06/nov	Seg	Arroz colorido (cenoura e ervilha) / feijão carioca / omelete com cheiro verde / salada de acelga
07/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura / beterraba cozida)
08/nov	Qua	Macarrão integral ao alho e óleo / almôndega ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / abóbora cozida em cubos / salada de alface
09/nov	Qui	Polenta cremosa com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / cenoura ralada / escarola refogada
10/nov	Sex	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
13/nov	Seg	Arroz com ervilha / feijão carioca com louro / carne moída com orégano / salada de repolho
14/nov	Ter	Arroz com milho verde / feijão carioca / frango em tiras com tomate / escarola refogada
15/nov	Qua	FERIADO
16/nov	Qui	Macarrão ao alho e óleo / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba e manjerição) / salada de acelga
17/nov	Sex	* Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS (com batata e hortelã) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
20/nov	Seg	FERIADO
21/nov	Ter	Macarrão refogado com extrato de tomate (batido com cenoura e manjerição) / carne em cubos com batata doce em cubos / salada de repolho e tomate
22/nov	Qua	Polenta cremosa com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / escarola refogada
23/nov	Qui	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
24/nov	Sex	Arroz integral / feijão carioca / omelete com tomate / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO
27/nov	Seg	Polenta com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
28/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com seleta de legumes (batata, cenoura e ervilha) / acelga refogada
29/nov	Qua	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e pimentão e cozido com batata e tomate / salada de alface
30/nov	Qui	* Arroz / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de PTS / couve refogada

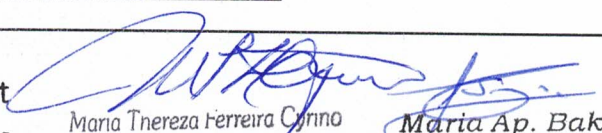
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	465,7	19,64	12,74	68,12	560,71

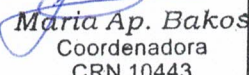
* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28 701 860-X


 Maria Thereza Ferreira Corino
 RG: 8.205.146-X
 Secretária Municipal de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443


ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2023
CARDÁPIO 10: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS (ALMOÇO)


DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/nov	Qua	Macarrão ao alho e óleo / farofa de feijão carioca (farinha de mandioca) / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate e manjericão) / salada de acelga
02/nov	Qui	FERIADO
03/nov	Sex	PONTO FACULTATIVO
DATA	DIA	REFEIÇÃO
06/nov	Seg	Arroz / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / beterraba cozida em tiras
07/nov	Ter	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / salada de acelga
08/nov	Qua	Arroz / feijão carioca / carne moída com pimentão / salada de tomate
09/nov	Qui	Arroz / feijão preto / carne em cubos com mandioca / couve refogada
10/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / frango em tiras acebolado / abóbora cozida em cubos
DATA	DIA	REFEIÇÃO
13/nov	Seg	Arroz com milho / feijão carioca / frango em tiras (refogado com extrato de tomate) e cheiro verde / salada de tomate
14/nov	Ter	Arroz com ervilha / feijão carioca com louro / carne moída com cebola / abobrinha em palito refogada
15/nov	Qua	FERIADO
16/nov	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS (com batata e hortelã) / couve refogada
17/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / abóbora cozida em cubos com cheiro verde
DATA	DIA	REFEIÇÃO
20/nov	Seg	FERIADO
21/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / pernil ao molho vinagrete (tomate, cebola e pepino) / purê de batata
22/nov	Qua	Arroz / feijão preto / carne desfiada com cebola / repolho refogado
23/nov	Qui	Arroz / feijão carioca / omelete com orégano / cenoura cozida em rodela
24/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / polenta cremosa com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO
27/nov	Seg	Arroz / feijão carioca / frango em tiras acebolado com cheiro verde / salada de cenoura ralada
28/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / polenta com carne moída ao sugo (extrato de tomate e manjericão) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
29/nov	Qua	Arroz / feijão carioca / frango em cubos ao creme de milho (molho com: farinha de trigo, leite e milho) / salada de tomate
30/nov	Qui	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e pimentão e cozido com batata e tomate / salada de alface

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	444,3	19,93	11,92	64,34	492,17

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


Rany G. C. Bittencourt
 Presidente
 Conselho de Alimentação Escolar-CAE
 RG 28.701.860-X


Maria Theresza Ferreira Cyrino
 RG: 8.205.146-X
 Secretária Municipal de Educação


Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443




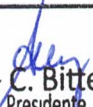

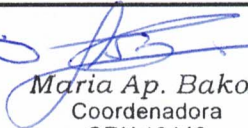
MERENDA JACAREÍ - NOVEMBRO 2023

**CARDÁPIO 12: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E
EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL - LANCHE PASSEIO
EVENTUAL)**

LANCHE OPÇÃO 01 (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)					
Suco integral individual 200ml					1 unidade
Biscoito salgado individual					1 unidade
Biscoito doce sem recheio individual					1 unidade
Fruta individual					1 unidade
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	428	5,9	8,9	81,20	179

LANCHE OPÇÃO 02 (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)					
Suco integral individual 200ml					1 unidade
Canjica de milho					1 unidade
Fruta individual					1 unidade
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	441	4,70	11,30	80	195,2

Assinaturas:

 Secretaria Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Rany G. C. Bittencourt Presidente Conselho de Alimentação Escolar-CAE RG 28.701-860-X	 Maria Thereza Ferreira Cyrano RG: 8.205.146-X Secretária Municipal de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	---	--	---



MERENDA JACARÉ - NOVEMBRO 2023

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

BISCOITO SALGADO / LEITE INTEGRAL COM CACAU

Valor Nutricional	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
Médio	324	10,88	10,81	45,64	207,73

PÃO DE LEITE COM MARGARINA / LEITE INTEGRAL COM CAFÉ

Valor Nutricional	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
Médio	359	10,88	14,95	46,64	326,88


BISCOITO SEM RECHEIO / LEITE INTEGRAL COM CAFÉ

Valor Nutricional	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
Médio	322	10,12	10,49	46,83	205,53

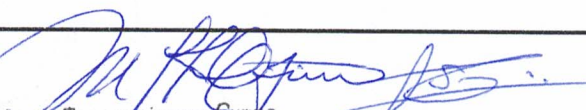
PÃO DE LEITE COM GELEIA / LEITE INTEGRAL COM CACAU

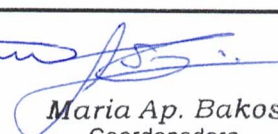
Valor Nutricional	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
Médio	341	11,64	8,28	52,67	260,56

Assinaturas:


Secretaria Municipal de Educação - SME
Luiz Henrique Lima Affonso
Nutricionista
CRN3 45427


Rany G. C. Bittencourt
Presidente
Conselho de Alimentação Escolar-CAE
RG 28.701-860-X


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


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443