

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

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	Sex	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
04/nov	Seg	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
05/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
06/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com farinha de arroz e banana	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
07/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
08/nov	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
11/nov	Seg	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
12/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Melancia em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
13/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com farinha de arroz e banana	Fórmula infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
14/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional			
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
18/nov	Seg	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
19/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual			
21/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula infantil 1	Maçã amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
22/nov	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula infantil 1	Mamão e banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
25/nov	Seg	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
26/nov	Ter	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula infantil 1	Maçã em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
27/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com farinha de arroz e banana	Fórmula infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
28/nov	Qui	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
29/nov	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula infantil 1	Melancia em papa / 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)
	489,80	9,88	21,35	64,53	453,82	94,73	297,52	5,95	119,78

Assinaturas:

 Secretária Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacareí - SP	 Maria Theresza Ferreira Cynno RG: 3.205.116-X Secretária Municipal de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	---	--	---

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	Sex	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca / ovo mexido com abobrinha / salada de acelga. Melancia em papa	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com cará, tomate e frango desfiado
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
04/nov	Seg	* Fórmula infantil 2 com banana e uva passa	* Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com cenoura ralada / abóbora cozida. Melão em papa	* Banana amassada / Fórmula infantil 2	* Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e escarola
05/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com mamão e uva passa	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / escondidinho (batata) de carne moída / escarola refogado. Banana amassada	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, acelga e frango desfiado
06/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com farinha de arroz e banana	Papa: Arroz / feijão carioca / frango em tiras com pepino ralado / escarola refogada. Melancia em papa	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com cenoura ralada, escarola e ovo
07/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / peixe assado com batata e tomate / salada de acelga. Banana amassada	Manga em papa / Fórmula infantil 2	Sopa de legumes (batata doce e abóbora) com macarrão e frango desfiado
08/nov	Sex	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Macarrão refogado com extrato de tomate e manjerição / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cenoura / repolho refogado. Melão em papa	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
11/nov	Seg	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate com manjerição) de lentilha / feijão carioca / escarola refogada. Sorvete natural pastoso de banana	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e abobrinha
12/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com maçã e uva passa	Papa: Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Melão em papa	Melancia em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata doce e cenoura
13/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com farinha de arroz, banana e uva passa	Papa: Arroz / feijão preto / frango em cubos com tomate / acelga refogada. Mamão amassado	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioca com abobrinha, cenoura e carne moída
14/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / abóbora cozida em cubos. Banana amassada	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e frango desfiado
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional			
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
18/nov	Seg	* Fórmula infantil 2 com mamão	* Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga. Sorvete natural pastoso de banana	* Mamão amassado / Fórmula infantil 2	* Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
19/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cheiro verde / purê de batata. Banana amassada	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioca com cenoura, abobrinha e carne moída
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual			
21/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Arroz / feijão preto / carne moída com mandioca / repolho refogado. Melancia em papa.	Maçã em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
22/nov	Sex	Fórmula infantil 2 com banana e uva passa	Papa: Arroz / feijão carioca / frango em cubos com escarola / abóbora cozida em cubos. Melão em papa	Mamão e banana amassados / Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com cará, tomate e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
25/nov	Seg	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz / feijão carioca com louro / frango com cheiro verde / chuchu em cubos refogado. Melão em papa	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
26/nov	Ter	Fórmula infantil 2 com mamão e uva passa	Papa: Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cebola / cenoura cozida em cubos. Banana amassada	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioca com tomate, acelga e carne moída
27/nov	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com farinha de arroz e banana	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS clara (com batata) / acelga refogada. Maçã raspada	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com tomate e frango desfiado
28/nov	Qui	Fórmula infantil 2 com maçã e uva passa	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate) / escarola refogada. Melancia em papa	Mamão amassado / Fórmula infantil 2	Sopa creme de lentilha com chuchu, abóbora e couve
29/nov	Sex	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado. Mamão em papa	Melancia em papa / Fórmula infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	679,70	22,67	23,30	94,83	779,96	68,81	306,32	6,30	367,95

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:  Secretaria Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Maria Theresia Ferreira Cyrino RG: 3.205.14E-X Secretaria Municipal de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	---	---	---



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

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	Sex	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	Banana	Sopa creme de feijão com cará, tomate e frango desfiado
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
04/nov	Seg	* Leite integral com banana e uva passa / pão francês com geleia de morango	* Arroz / feijão carioca / ovo mexido com cenoura ralada / abóbora cozida em cubos. Melão	* Leite integral com banana e uva passa	* Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e escarola
05/nov	Ter	Leite integral com mamão e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Arroz / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Suco de melancia	Melão	Sopa creme de batata com tomate, acelga e frango desfiado
06/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com farinha de arroz e banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com pepino ralado / escarola refogada. Melancia	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de fubá com cenoura ralada, escarola e ovo
07/nov	Qui	Leite integral com maçã e cacau / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de acelga. Banana / suco de uva orgânico integral	logurte natural batido com manga e uva passa	Sopa de legumes (batata doce e abóbora) com macarrão e frango desfiado
08/nov	Sex	Leite integral batido com banana / pão francês com manteiga	Macarrão refogado com extrato de tomate e manjerição / feijão carioca / frango em cubos com cenoura em cubos / repolho refogado. Melão.	Leite integral com maçã, farinha de arroz e uva passa	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
11/nov	Seg	Leite integral com mamão / pão francês com geleia de frutas vermelhas (amora, morango e framboesa)	Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate com manjerição) de lentilha / feijão carioca / escarola refogada. Sorvete natural pastoso de banana.	Leite integral com maçã e uva passa	Sopa creme de feijão com carne moída, batata doce e abobrinha
12/nov	Ter	Leite integral com maçã e uva passa / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Suco natural de abacaxi	Melancia	Sopa creme de feijão com frango desfiado, batata doce e cenoura
13/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com arroz, banana, canela e uva passa	Arroz / feijão preto / frango em cubos com tomate / acelga refogada. Mamão	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de mandioca com abobrinha, cenoura e carne moída
14/nov	Qui	Leite integral com maçã / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / abóbora cozida em cubos. Banana	Leite integral com banana e uva passa	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e frango desfiado
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional			
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
18/nov	Seg	* Leite integral com mamão, cacau e uva passa / pão francês com geleia de morango	* Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga. Suco natural de melancia	* logurte natural de inhamé batido com banana e uva passa	* Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
19/nov	Ter	Leite integral com maçã / biscoito caseiro de orégano	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cheiro verde / purê de batata. Banana	Melão	Sopa creme de mandioca com cenoura, abobrinha e carne moída
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual			
21/nov	Qui	Leite integral com mamão / pão francês integral com manteiga	Arroz / feijão preto / carne moída com mandioca / repolho refogado. Melancia.	Leite integral com maçã, aveia e uva passa	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho e frango desfiado
22/nov	Sex	Leite integral batido com banana, cacau e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com escarola / abóbora cozida em cubos. Melão	Leite integral com mamão, banana e uva passa	Sopa creme de abóbora com cará, tomate e carne moída
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
25/nov	Seg	Leite integral com maçã / biscoito caseiro de banana	Arroz / feijão carioca com louro / frango desfiado com cheiro verde / chuchu em cubos refogado. Melão.	Leite integral com banana, mamão e farinha de arroz	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
26/nov	Ter	Leite integral com mamão e uva passa / pão francês com ovo mexido	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cebola / cenoura cozida em cubos. Banana	Leite integral com maçã e uva passa	Sopa creme de mandioca com tomate, acelga e carne moída
27/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com farinha de arroz e banana e canela	Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS clara (com batata) / acelga refogada. Maçã	Melão	Sopa creme de abóbora com tomate e frango desfiado
28/nov	Qui	Leite integral com maçã e uva passa / bolo caseiro de banana	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate) / escarola refogada. Suco natural de melancia	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de lentilha com chuchu, abóbora e couve
29/nov	Sex	Leite integral com cacau, banana e uva passa / pão francês integral com geleia de frutas vermelhas (amora, morango e framboesa)	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado. Mamão	Melancia	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Niá (mg)
	834,70	32,37	25,71	118,46	729,94	57,40	367,94	4,18	515,99

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS₁: As preparações de leite com cacau serão substituídas por leite batido com frutas variadas para menores de 02 anos.OBS₂: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios da creche.OBS₃: O suco de uva orgânico integral é proveniente da agricultura familiar, há também arroz, feijão e leite em pó proveniente da agricultura familiar distribuídos no cardápio sem dia definido.

 Secretaria Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacareí - SP	 Maria Theresia Estrela Cynno RG: 3.205.14E-X Município de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	---	--	---

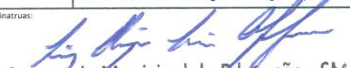
CARDÁPIO 4: ALUNOS DA CRECHE/EMEI DE 3 A 4 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

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	Sex	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
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
04/nov	Seg	* Leite integral com banana e uva passa / pão francês com geleia de morango	* Arroz / feijão carioca / ovo mexido com cenoura ralada / abóbora cozida em cubos. Melão
05/nov	Ter	Leite integral com mamão e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Arroz / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Suco de melancia
06/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com farinha de arroz e banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com pepino ralado / escarola refogada. Melancia
07/nov	Qui	Leite integral com maçã e cacau / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca / peixe assado com batata e tomate / salada de acelga. Banana / suco de uva orgânico integral
08/nov	Sex	Leite integral batido com banana / pão francês com manteiga	Macarrão refogado com extrato de tomate e manjerico / feijão carioca / frango em cubos com cenoura em cubos / repolho refogado. Melão.
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
11/nov	Seg	Leite integral com mamão / pão francês com geleia de frutas vermelhas (amora, morango e framboesa)	Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate com manjerico) de lentilha / feijão carioca / escarola refogada. Sorvete natural pastoso de banana.
12/nov	Ter	Leite integral com maçã e uva passa / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo (extrato de tomate) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Suco natural de abacaxi
13/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com farinha de arroz, banana, canela e uva passa	Arroz / feijão preto / frango em cubos com tomate / acelga refogada. Mamão
14/nov	Qui	Leite integral com maçã / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão carioca / carne moída com tomate / abóbora cozida em cubos. Banana
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional	
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
18/nov	Seg	* Leite integral com mamão, cacau e uva passa / pão francês com geleia de morango	* Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha / salada de acelga. Suco natural de melancia
19/nov	Ter	Leite integral com maçã / biscoito caseiro de orégano	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cheiro verde / purê de batata. Banana
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual	
21/nov	Qui	Leite integral com mamão / pão francês integral com manteiga	Arroz / feijão preto / carne moída com mandioca / repolho refogado. Melancia.
22/nov	Sex	Leite integral batido com banana, cacau e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com escarola / abóbora cozida em cubos. Melão
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
25/nov	Seg	Leite integral com maçã / biscoito caseiro de banana	Arroz / feijão carioca com louro / frango desfiado com cheiro verde / chuchu em cubos refogado. Melão.
26/nov	Ter	Leite integral com mamão e uva passa / pão francês com ovo mexido	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cebola / cenoura cozida em cubos. Banana
27/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com farinha de arroz, banana e canela	Arroz com cenoura / feijão carioca / kibe de PTS clara (com batata) / acelga refogada. Maçã
28/nov	Qui	Leite integral com maçã e uva passa / bolo caseiro de banana	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate) / escarola refogada. Suco natural de melancia
29/nov	Sex	Leite integral com cacau, banana e uva passa / pão francês integral com geleia de frutas vermelhas (amora, morango e framboesa)	Arroz / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado. Mamão

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	538,60	21,16	15,21	79,27	365,10	35,18	226,10	2,84	805,81

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS1: O suco de uva orgânico integral é proveniente da agricultura familiar; há também arroz, feijão e leite em pó proveniente da agricultura familiar distribuídos no cardápio sem dia definido.

Assinaturas:  Secretaria Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacareí - SP	 Mariana Theresia Ferreira Cynno RG: S.205.14E-X Secretaria Municipal de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	---	--	---

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

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	Sex	Leite integral com mamão
DATA	DIA	DESJEJUM
04/nov	Seg	* Leite integral com maçã
05/nov	Ter	Leite integral com banana e cacau
06/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
07/nov	Qui	Leite integral com maçã
08/nov	Sex	Leite integral com mamão
DATA	DIA	DESJEJUM
11/nov	Seg	Leite integral com mamão
12/nov	Ter	Leite integral com maçã
13/nov	Qua	Mingau: Leite integral batido com arroz, banana
14/nov	Qui	Leite integral com banana
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional
DATA	DIA	DESJEJUM
18/nov	Seg	* Leite integral com maçã e cacau
19/nov	Ter	Leite integral com mamão
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual
21/nov	Qui	Leite integral com maçã
22/nov	Sex	Leite integral batido com banana e cacau
DATA	DIA	DESJEJUM
25/nov	Seg	Leite integral com mamão
26/nov	Ter	Leite integral com maçã
27/nov	Qua	Leite integral com banana e cacau
28/nov	Qui	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
29/nov	Sex	Leite integral batido com mamão e banana

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	221,30	8,48	8,36	28,02	129,86	11,21	271,20	0,25	99,51

OBS1: O leite em pó integral é proveniente da agricultura familiar distribuídos no cardápio sem dia definido.

Assinaturas:


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


Erotildes Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacareí - SP


Maria Theresza Ferreira Cynno
RG: 9.205.346-X
Secretaria Municipal de Educação


Maria Aparecida Bako
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

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	sex	Arroz com cenoura / feijão carioca / frango em tiras com cheiro verde / salada de acelga
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
04/nov	Seg	* Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos
05/nov	Ter	Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
06/nov	Qua	Sanduíche de pão de leite com frango desfiado ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) com acelga
07/nov	Qui	Polenta de carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / escarola refogada
08/nov	Sex	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate batido com beterraba) com cenoura, milho verde e couve picada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
11/nov	Seg	Sanduíche de pão de leite integral com carne moída, extrato de tomate (batido com abóbora) e cenoura ralada
12/nov	Ter	Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com cenoura e manjerição) de lentilha / salada de acelga
13/nov	Qua	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / escarola refogada
14/nov	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / peixe assado com batata e tomate / salada de alface
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
18/nov	Seg	* Pão de queijo de forma
19/nov	Ter	Arroz / estrogonofe de frango (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca e orégano)
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual
21/nov	Qui	Arroz / feijão preto / desfiada com mandioca / escarola refogada
22/nov	Sex	Sanduíche de pão de leite de pernil com vinagrete (tomate, cebola e pepino) e purê de batata
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
25/nov	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca com louro / kibe de PTS (com batata) / escarola refogada
26/nov	Ter	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, extrato de tomate (batido com cenoura) e orégano
27/nov	Qua	Bolo da Super Merendeira "Tia Josiane" (Bolo de abóbora mesclado com cacau)
28/nov	Qui	Macarrão integral ao alho e óleo / almôndega ao sugo (extrato de tomate) / salada de acelga
29/nov	Sex	Arroz integral / feijão carioca / carne moída com abóbora em cubos / repolho refogado

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	301,40	13,35	9,53	40,56	720,22

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS1: O arroz, feijão e o leite em pó integral das preparações são provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio sem dia definido.

Assinaturas:


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


Erotildes Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacarei - SP


Maria Inezza Ferreira Cyrino
RG: 3.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação


Maria do Boko
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

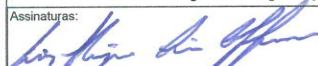
CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS E EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/nov	Sex	Melão
DATA	DIA	SOBREMESA
04/nov	Seg	* Mamão
05/nov	Ter	Melancia
06/nov	Qua	Suco natural de acerola
07/nov	Qui	Banana / suco de uva orgânico integral
08/nov	Sex	Suco natural de abacaxi com hortelã
DATA	DIA	SOBREMESA
11/nov	Seg	Suco natural de goiaba
12/nov	Ter	Arroz doce com canela
13/nov	Qua	Melancia
14/nov	Qui	Melão
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional
DATA	DIA	SOBREMESA
18/nov	Seg	* Suco natural de goiaba
19/nov	Ter	Melão
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual
21/nov	Qui	Banana
22/nov	Sex	Suco natural de uva
DATA	DIA	SOBREMESA
25/nov	Seg	Melancia
26/nov	Ter	Suco natural de manga
27/nov	Qua	iogurte integral de morango
28/nov	Qui	Canjica de milho com canela
29/nov	Sex	Melão

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	83,30	1,59	0,80	17,42	12,49

OBS1: O suco de uva orgânico integral é proveniente da agricultura familiar.

Assinaturas:


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


Erotides Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacarei - SP


Maria Theresia Ferreira Cyrino
RG: 3.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10493

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

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

DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)
01/nov	Sex	Pão de leite com queijo / leite integral com cacau
DATA	DIA	LANCHE
04/nov	Seg	* Biscoito doce sem recheio / leite integral com maçã e aveia
05/nov	Ter	Pão de leite com patê caseiro de cenoura com cheiro verde / leite integral com café / melão
06/nov	Qua	Bolo caseiro de banana / leite integral com mamão
07/nov	Qui	Torta de frango com tomate, chuchu e cheiro verde / suco natural de abacaxi
08/nov	Sex	Mingau: Leite integral com aveia / banana
DATA	DIA	LANCHE
11/nov	Seg	Biscoito salgado / leite integral com banana e aveia / maçã cozida com suco natural de laranja
12/nov	Ter	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com milho, cenoura e cheiro verde / suco natural de abacaxi com hortelã
13/nov	Qua	Pão de leite com margarina / leite integral com cacau
14/nov	Qui	Pipoca / suco de acerola / maçã
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional
DATA	DIA	LANCHE
18/nov	Seg	* Biscoito doce / suco natural de uva
19/nov	Ter	Pizza (massa de torta) de frango, queijo, extrato de tomate, tomate e orégano / suco natural de goiaba
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual
21/nov	Qui	Pão de leite integral com frango desfiado ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) com cheiro verde / suco natural de manga
22/nov	Sex	Arroz doce com canela / maçã
DATA	DIA	LANCHE
25/nov	Seg	Pão de leite com geleia de uva / leite integral com café
26/nov	Ter	iogurte integral de morango / mamão
27/nov	Qua	Biscoito salgado integral / salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)
28/nov	Qui	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com abóbora e tomate / suco natural de acerola
29/nov	Sex	Bolo caseiro de laranja / leite integral com cacau

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	300,80	9,77	9,81	43,37	232,87

OBS1: O leite em pó integral é proveniente da agricultura familiar distribuídos no cardápio sem dia definido.

Assinaturas:

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

Erolides Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacareí - SP

Maria Theresia Ferreira Cynno
RG: 3.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação

Maria Ap. Bakas
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

CARDÁPIO 9: ALUNOS DA EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO (19:30H-19:50H)
01/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
04/nov	Seg	* Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com cenoura e manjerição) de lentilha / escarola refogada
05/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em cubos refogado com extrato de tomate (batido com cenoura) / beterraba cozida em tiras
06/nov	Qua	Polenta com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / abóbora refogada / salada de acelga
07/nov	Qui	Arroz integral / feijão preto com linguiça / salada de cenoura ralada
08/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída acebolada / abóbora cozida em cubos
DATA	DIA	REFEIÇÃO
11/nov	Seg	Arroz / feijão carioca / PTS refogada com cenoura e cheiro verde / salada de beterraba
12/nov	Ter	Macarrão alho e óleo / frango em tiras com milho verde / salada de acelga
13/nov	Qua	Arroz com cenoura / feijão carioca com louro / kibe de carne (com batata) / escarola refogada
14/nov	Qui	Polenta com frango em cubos ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / salada de acelga.
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional
DATA	DIA	REFEIÇÃO
18/nov	Seg	* Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abobrinha em palito refogada
19/nov	Ter	Polenta com frango ao sugo (extrato de tomate e manjerição) / chuchu em cubos refogado com cheiro verde / salada de repolho
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual
21/nov	Qui	Macarrão integral com frango desfiado ao sugo (extrato de tomate com beterraba) / salada de tomate
22/nov	Sex	Arroz / feijão carioca com louro / peixe assado com batata e tomate / salada de acelga.
DATA	DIA	REFEIÇÃO
25/nov	Seg	Arroz / estrogonofe de frango (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca e orégano)
26/nov	Ter	Polenta com carne moída e cheiro verde / batata doce em cubos refogada / repolho refogado
27/nov	Qua	Arroz / feijão preto / frango desfiado com mandioca / escarola refogada
28/nov	Qui	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos
29/nov	Sex	Macarrão ao sugo (extrato de tomate com cenoura) com almôndega / abóbora cozida em palitos / salada de repolho

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	456,10	18,95	12,88	66,09	719,20

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS1: O arroz, feijão e leite em pó integral são provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio sem dia definido.

Assinaturas:  Secretaria Municipal de Educação - SM Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erolides Martins da Cruz Presidente do CAE Jacareí - SP	 Maria Theresia Fancira Cyrino RG: 3.206.146-X Secretaria Municipal de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	--	--	---

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

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

DATA	DIA	REFEIÇÃO (11:30-12:00H)
01/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
04/nov	Seg	* Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com cenoura e manjerição) de lentilha / escarola refogada
05/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em cubos refogado com extrato de tomate (batido com cenoura) / beterraba cozida em tiras
06/nov	Qua	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / salada de acelga
07/nov	Qui	Arroz integral / feijão preto / pernil acebolado / salada de cenoura ralada
08/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / carne moída acebolada / abóbora cozida em cubos
DATA	DIA	REFEIÇÃO
11/nov	Seg	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cheiro verde / salada de beterraba
12/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em tiras e milho verde ao sugo (extrato de tomate) / salada de acelga
13/nov	Qua	Arroz com cenoura / feijão carioca com louro / kibe de PTS (com batata e hortelã) / escarola refogada
14/nov	Qui	Arroz / feijão carioca / frango em cubos ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / salada de acelga
15/nov	Sex	Proclamação da República - Feriado Nacional
DATA	DIA	REFEIÇÃO
18/nov	Seg	* Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abobrinha em palito refogada
19/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em cubos acebolado / chuchu em cubos refogado
20/nov	Qua	Dia Nacional da Consciência Negra - Feriado Estadual
21/nov	Qui	Arroz / feijão carioca / polenta de carne moída ao sugo (extrato de tomate e manjerição) / salada de repolho
22/nov	Sex	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com tomate / abóbora cozida em cubos
DATA	DIA	REFEIÇÃO
25/nov	Seg	Arroz / estrogonofe de frango (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca e orégano)
26/nov	Ter	Arroz / feijão carioca / carne moída com cheiro verde / batata doce em cubos refogada
27/nov	Qua	Arroz / feijão preto / frango desfiado com mandioca / escarola refogada
28/nov	Qui	Arroz / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos
29/nov	Sex	Arroz / feijão carioca com louro / peixe assado com batata e tomate / salada de repolho.

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	421,50	18,04	11,60	61,26	650,65

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS1: O arroz, feijão e leite em pó integral são provenientes da agricultura familiar distribuídos no cardápio sem dia definido.

Assinaturas:


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


Erotides Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacareí - SP


Mariana Inezza Ferreira Cyrino
RG: 3.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

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 - Silvério
Luiz Henrique Lima Affonso
Nutricionista
CRN3 45427


Erotildes Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacarei - SP


Mariana Theresza Ferreira Cynno
RG: 3.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação


Marta Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - NOVEMBRO 2024

CARDÁPIO 13: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E EJA DE 19 A (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	14,36	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

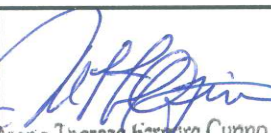
PÃO DE LEITE COM GELEIA / LEITE INTEGRAL COM CACAU

Valor Nutricional	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
Médio	341	11,64	9,28	52,67	260,56

Assinaturas:


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


Erotildes Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacarei - SP


Maria Theresza Ferreira Cynno
RG: 5.205.146-X
Secretaria Municipal de Educação


Maria Ap. Bakos
Coordenadora
CRN 10443