



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO CMEI: JAYME, LYGIA E RENASCER

DEZEMBRO/2025

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA - 01/12	TERÇA-FEIRA - 02/12	QUARTA-FEIRA - 03/12	QUINTA-FEIRA - 04/12	SEXTA-FEIRA - 05/12
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Papa Pão e leite	Mingau aveia
	08:30	Creche II e III Pré I e II	Pão francês manteiga Leite com cacau	Pão dog com requeijão Chá mate	Pão francês c/ manteiga Leite com cacau	Bolo (choc/coco/milho) Chá mate	Biscoito maisena Leite com cacau
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, ovo cozido, batata inglesa, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suino desfiado, cenoura, couve, abobrinha	Papa: Feijão, arroz papa, carne em iscas desfiada, cebola, Brócolis, chuchu, mandioca	Papa: Feijão, arroz papa, fígado galinha, couve-flor, batata doce, tomate
	10:00 10:30	Creche II e III Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, ovo mexido com cebola, Batata e cenoura Repolho roxo e verde Maçã	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado c/ alho Couve-flor com requeijão Melão	Arroz e feijão cozidos, Pernil suíno refogado Farofa de legumes Alface roxa e crespa Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada Brócolis, cenoura Beterraba crua e tomates Laranja	Arroz e feijão cozidos, Frango desfiado, tomate, cenoura ralada e temperos Salada: Beterraba cozida Ameixa
	13:00	Creche I e II Creche III e Pré	Mamadeira/ banana Banana	Mamadeira/mamão Banana	Mamadeira/melão Maçã	Mamadeira/maçã Banana	Mamadeira/ manga Banana
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijão e arroz abobrinha, brócolis, tomate	Caldo de feijão e arroz carne, repolho, batata	Caldo de feijão e arroz carne em iscas desfiada, brócolis	Caldo de feijão e arroz frango desfiado, brócolis
	14:30	Creche II e III	Macarrão com frango	Purê de batatas	Bolo (choc/coco/milho)	Bolo (choc/coco/milho)	Cereal de milho s/açúcar
	15:00	Pré I e II	cenoura e temperos	Peito de Frango c/ tomate	Suco de laranja	tomate e temperos	Leite com maracujá
REFEIÇÃO	HORA	TURMA	SEGUNDA-FEIRA - 08/12	TERÇA-FEIRA - 09/12	QUARTA-FEIRA - 10/12	QUINTA-FEIRA - 11/12	SEXTA-FEIRA - 12/12
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	FERIADO NOSSA SENHORA IMACULADA CONCEIÇÃO	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Papa Pão e leite	Mingau aveia
	08:30	Creche II e III Pré I e II		Pão dog com requeijão Chá mate	Pão francês c/ manteiga Leite com cacau	Bolo cenoura Chá mate	Biscoito maisena Leite com cacau
ALMOÇO	10:00	Creche I		Papa: Feijão, arroz papa, Ovo mexido, batata, chuchu, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suino desfiado Mandioquinha, couve	Papa: Feijão, arroz papa, carne em iscas desfiada, cebola, Brócolis, chuchu	Papa: Feijão, arroz papa, frango desfiado, couve, mandioca
	10:00 10:30	Creche II e III e Pré I e II		Arroz e feijão cozidos, Ovo cozido salsinha e cebolinha Batata, e cenoura Salada: repolho e limão Melão	Arroz e feijão cozidos, Pernil suíno com abobrinha, cenoura temperos Salada: Beterraba cozida Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada batata ao forno Brócolis, chuchu, cenoura Salada: Alface e tomate Laranja	Arroz e feijão cozidos, Virado: Fígado de galinha, batata, pimentão, tomates, abobrinha e temperos Salada: Repolho verde Pêssego
	13:00	Creche I e II Creche III e Prés		Mamadeira/mamão Banana	Mamadeira/melão Melão	Mamadeira/maçã Banana	Mamadeira/ manga Banana
JANTAR	14:00	Creche I		Caldo de feijão e arroz abobrinha, brócolis, tomat	Caldo de feijão e arroz carne, repolho, mandioquinha	Caldo de feijão e arroz carne em iscas desfiada, brócolis	Caldo de feijão e arroz frango desfiado, mandioca
	14:30 e 15:00	Creche II e III e Pré I e II		Sopa de legumes com frango desfiado Suco de morango	Bolo de cenoura Suco de abacaxi	Macarrão com carne bovina em iscas Suco acerola	Cereal de milho s/açúcar Leite com polpa de manga

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA - 15/12	TERÇA-FEIRA - 16/12	QUARTA-FEIRA -17/12	QUINTA-FEIRA-18/12
CAFÉ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Papa Pão e leite
DA MANHÃ	08:30	Creche II e III Pré I e II	Pão francês manteiga Leite com cacau	Pão dog com requeijão Chá mate	Pão francês c/ manteiga Leite com cacau	Bolo (choc/coco/milho) Chá mate
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, ovo cozido, batata inglesa, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suíno desfiado, cenoura, couve, abobrinha	Papa: Feijão, arroz papa, carne em iscas desfiada, cebola, Brócolis, chuchu, mandioca
	10:00 10:30	Creche II e III Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, ovo mexido com cebola, Batata e cenoura Repolho roxo e verde Maçã	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado c/ alho Couve-flor com requeijão Melão	Arroz e feijão cozidos, Pernil suíno refogado Farofa de legumes Alface roxa e crespa Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada Brócolis, cenoura Beterraba crua e tomates Laranja
COLAÇÃO	13:00	Creche I e II	Mamadeira/ banana	Mamadeira/mamão	Mamadeira/melão	Mamadeira/maçã
		Creche III e Pré	Banana	Banana	Maçã	Banana
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijão e arroz abobrinha, brócolis, tomate	Caldo de feijão e arroz carne, repolho, batata	Caldo de feijão e arroz carne em iscas desfiada, brócolis
	14:30	Creche II e III	Macarrão com frango	Purê de batatas	Bolo (choc/coco/milho)	Macarrão com frango
	15:00	Pré I e II	cenoura e temperos	Peito de Frango c/ tomate	Suco de laranja	Macarrão com frango tomate e temperos



OBSERVAÇÕES

1. Diariamente deverá ser incluído nos preparos dos alimentos: Alho, cebola, salsinha, cebolinha, orégano, açafrão, colorau e/ou outros temperos;
2. Caso a criança permaneça na escola após às 17 horas, não ofertar biscoitos doces ou salgados. Ofertar fruta (maçã, banana, melão, manga, mamão);
3. Feijão, arroz, carnes e legumes deverão ser cozidos no dia de servir. Sobras de alimentos cozidos no dia anterior não poderão ser utilizados nas refeições;
4. As verduras deverão ser lavadas e higienizadas com produto apropriado. RDC 216/04 ANVISA - "As Boas Práticas de Preparação de Alimentos";
5. Os legumes deverão ser cortados com a "cabrita", para que não haja necessidade de amassar. **Deverão ser cozidos ou refogados separados da carne.**
6. A beterraba poderá ser servida crua e ralada ou cozida quando cortada na cabrita. Cozinhar com pouca água.
7. A papa das crianças entre 6 e 7 meses deverão ser bem amassadas ou passadas na peneira e não liquidificadas.
8. Crianças entre 8 a 11 meses deverão comer os alimentos levemente amassados.
9. A partir de 12 meses as crianças deverão comer os alimentos em pequenos pedaços, sem amassar.
10. O processo de introdução alimentar é lento e deve ser respeitado a capacidade estomacal das crianças, bem como seu desenvolvimento físico.
11. Todas as sobras de alimentos do dia deverão ser descartados na escola em local apropriado.
12. **A polenta, a quirera e o macarrão deverão ser servidos somente no período da tarde, acompanhados de carne. Não devem ser acompanhados de arroz e feijão.**

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL AOS ALÉRGICOS E INTOLERANTES

APLV: Servir bebida vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

LACTOSE: O leite vaca deverá ser **sem lactose**;

GLÚTEN: Substituir por alimentos sem glúten (macarrão/bolo/farinha/biscoito) Biscoito Maisena, de arroz, pão, Farinha de arroz p/bolo todos sem glúten

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

AVEIA: Excluir os alimentos que contenham aveia e vestígios de aveia.

CENOURA: Excluir os alimentos que contenham cenoura, total ou parcial.

OVO: Excluir alimentos q/ contenham ovo. Total e parcial (Macarrão/ bolo/ biscoito/ pão/ farinhas etc);

SOJA: Excluir os alimentos que contenham soja ou mesmo vestígios de soja. OBS: Óleo de soja é isento de carboidratos e proteínas, podendo ser usado.

TOMATE: Excluir todos os alimentos que contenham tomate total ou parcial.

PARA OS ALÉRGICOS/ INTOLERANTES, O CACAU 50% DEVERÁ SER O DA MARCA " 3 CORAÇÕES - DECORA"

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

