



| REFEIÇÃO | HORA | TURMA/DIA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|---------------------|---------------------|-------------------------------|--|--|---|---------------------------|-------------|
| | | | 01.06.2026 | 02.06.2026 | 03.06.2026 | 04.06.2026 | 05.06.2026 |
| CAFÉ DA MANHÃ | 08:00 a 08:20 | Creche I | Mingau: aveia Banana e canela | Batata doce cozida amassada | Banana amassada | FERIADO CORPUS CHRISTI | RECESSO |
| | | Creche II e III | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas | Pão francês, manteiga Leite e café | | |
| | 08:25 a 08:45 | Pré I e II | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas | Pão francês, manteiga Leite e café | | |
| COLAÇÃO | 09:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | | |
| | | Creche II, III | Melão | Maçã | Laranja | | |
| ALMOÇO | 11:00 | Creche I | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Carne moída, Brócolis, batata, | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Ovo Cozido Cenoura, Chuchu | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Pernil desfiado Couve/Mandioca | | |
| | | Creche II e III | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Tomate | Arroz feijão Ovo Cozido Abobrinha, Salada: Alface | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho | | |
| | 11:25 a 11:45 | Pré I e II | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Alface Maçã | Arroz feijão Ovo Cozido Abobrinha, Salada: Beterraba Laranja | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho Melão | | |
| COLAÇÃO | 13:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | | |
| | | Creche II, III e Pré | Maçã | Laranja | Banana | | |
| JANTAR | 15:30 | Creche I | Papa: Caldo feijão, macarrão, frango desfiado tomate/cenoura/ batata | Sopa legumes: Arroz, brócolis, chuchu cenoura, iscas patinho | Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abobrinha e brócolis | | |
| | 16:00 | Creche II e III Pré I e II | Macarrão, carne moída tomate, abobrinha | Sopa legumes: patinho Arroz, ervilha, chuchu | Arroz com frango, tomate ervilha, milho | | |

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

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

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

| REFEIÇÃO | HORA | TURMA/DIA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|---------------------|---------------------|-------------------------------|--|---|---|---|--|
| | | | 08.06.2026 | 09.06.2026 | 10.06.2026 | 11.06.2026 | 12.06.2026 |
| CAFÉ DA MANHÃ | 08:00 a 08:20 | Creche I | Mingau: aveia Banana e canela | Banana amassada | Mingau de alho e ovo | Mingau de alho e ovo | Mingau: Maçã e aveia |
| | | Creche II e III | Pão francês Manteiga | Pão dog Manteiga | Pão francês Requeijão | Pão francês, requeijão Leite e cacau | Bolo chocolate simples Chá de ervas |
| | 08:25 a 08:45 | Pré I e II | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão francês, manteiga Leite e café | Pão francês, requeijão Leite e cacau | Pão francês, requeijão Leite e cacau | Bolo chocolate simples Chá de ervas |
| COLAÇÃO | 09:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta Pera |
| | | Creche II, III | Melão | Laranja | Banana | Banana | |
| ALMOÇO | 11:00 | Creche I | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Carne moída, batata, Brócolis | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Pernil desfiado Couve/Mandioca | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate/Cenoura | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate/Cenoura | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Beterraba/chuchu |
| | | Creche II e III | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate Purê abóbora Salada: Tomate | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface | Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Salada: Chuchu |
| | 11:25 a 11:45 | Pré I e II | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, Purê abóbora Salada: Alface Maçã | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho Melão | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface Banana | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface Banana | Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Saldada: Chuchu Salada de Frutas |
| COLAÇÃO | 13:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta Banana |
| | | Creche II, III e Pré | Maçã | Banana | Pera | Pera | |
| JANTAR | 15:30 | Creche I | Caldo feijão, quirera frango desfiado tomate/cenoura/ batata | Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abóbobra e brócolis | Caldo feijão, polenta tomate, ervilhas, couve | Papa: Arroz e feijão patinho iscas, tomate, couve | Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu |
| | 16:00 | Creche II e III Pré I e II | Quirera, pernil tomate, abobrinha | Sopa Legumes: Patinho repolho, batata, tomate | Arroz com frango, tomate ervilha, milho, batata | Bolo chocolate simples Polpa abacaxi com leite | Sopa de legumes: Frango Abóbora madura, repolho |

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

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

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

| REFEIÇÃO | HORA | TURMA/DIA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|---------------------|---------------------|-------------------------------|--|--|--|---|--|
| | | | 15.06.2026 | 16.06.2026 | 17.06.2026 | 18.06.2026 | 19.06.2026 |
| CAFÉ DA MANHÃ | 08:00 a 08:20 | Creche I | Mingau: aveia Banana e canela | Batata doce cozida amassada | Banana amassada | Mingau de alho e ovo | Mingau: Maçã e aveia |
| | | Creche II e III | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas | Pão francês, manteiga Leite e café | Pão francês, requeijão Leite e cacau | Bolo de fubá simples Chá de ervas |
| | 08:25 a 08:45 | Pré I e II | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas | Pão francês, manteiga Leite e café | Pão francês, requeijão Leite e cacau | Bolo de fubá simples Chá de ervas |
| COLAÇÃO | 09:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta |
| | | Creche II, III | Melão | Maçã | Laranja | Banana | Pera |
| ALMOÇO | 11:00 | Creche I | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Carne moída, Brócolis, batata, | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Cenoura, Chuchu | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Pernil desfiado Couve/Mandioca | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate/Cenoura | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Beterraba/chuchu |
| | | Creche II e III | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Tomate | Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Alface | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface | Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Salada: Chuchu |
| | 11:25 a 11:45 | Pré I e II | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Alface | Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Beterraba | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface | Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Saldada: Chuchu |
| | | Maçã | Laranja | Melão | Banana | Salada de Frutas | |
| COLAÇÃO | 13:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta |
| | | Creche II, III e Pré | Maçã | Laranja | Banana | Pera | Banana |
| JANTAR | 15:30 | Creche I | Papa: Caldo feijão, polenta, frango desfiado tomate/cenoura/ batata | Sopa legumes: Arroz, brócolis, chuchu cenoura, iscas patinho | Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abobrinha e brócolis | Papa: Arroz e feijão patinho iscas ,tomate, couve | Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu |
| | 16:00 | Creche II e III Pré I e II | Polenta, carne moída tomate, abobrinha | Sopa legumes: patinho Arroz, ervilha, chuchu | Arroz com frango, tomate ervilha, milho | Bolo de fubá simples Polpa abacaxi com leite | Sopa de legumes: Frango Abóbora madura, repolho |

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

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

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/ poio

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

| REFEIÇÃO | HORA | TURMA/DIA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|---------------------|---------------------|-------------------------------|--|---|---|---|--|
| | | | 22.06.2026 | 23.06.2026 | 24.06.2026 | 25.06.2026 | 27.06.2026 |
| CAFÉ DA MANHÃ | 08:00 a 08:20 | Creche I | Mingau: aveia Banana e canela | Batata doce cozida amassada | Banana amassada | Mingau de alho e ovo | Mingau: Maçã e aveia |
| | | Creche II e III | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas | Pão francês, manteiga Leite e café | Pão francês, requeijão Leite e cacau | Bolo chocolate simples Chá de ervas |
| | 08:25 a 08:45 | Pré I e II | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas | Pão francês, manteiga Leite e café | Pão francês, requeijão Leite e cacau | Bolo chocolate simples Chá de ervas |
| COLAÇÃO | 09:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta |
| | | Creche II, III | Melão | Maçã | Laranja | Banana | Pera |
| ALMOÇO | 11:00 | Creche I | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Carne moída, Brócolis, batata, | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Cenoura, Chuchu | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Pernil desfiado Couve/Mandioca | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Patinho iscas desfiado Tomate/Cenoura | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Beterraba/chuchu |
| | | Creche II e III | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Tomate | Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Alface | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface | Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Salada: Chuchu |
| | 11:25 a 11:45 | Pré I e II | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Alface Maçã | Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Beterraba Laranja | Arroz, feijão, pernil Fígado para a farofa: couve, milho e ervilhas Salada: repolho Melão | Arroz, feijão Patinho iscas refogado com mandioca, tomate Salada: Alface Banana | Arroz, feijão Frango desfiado Batata gratinada, orégano Saldada: Chuchu Salada de Frutas |
| COLAÇÃO | 13:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta |
| | | Creche II, III e Pré | Maçã | Laranja | Banana | Pera | Banana |
| JANTAR | 15:30 | Creche I | Papa: Caldo feijão, macarrão, frango desfiado tomate/cenoura/ batata | Sopa legumes: Arroz, brócolis, chuchu cenoura, iscas patinho | Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abobrinha e brócolis | Papa: Arroz e feijão patinho iscas ,tomate, couve | Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu |
| | 16:00 | Creche II e III Pré I e II | Macarrão, carne moída tomate, abobrinha | Sopa legumes: patinho Arroz, ervilha, chuchu | Arroz com frango, tomate ervilha, milho | Bolo chocolate simples Polpa abacaxi com leite | Sopa de legumes: Frango Abóbora madura, repolho |

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

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

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo

Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

| REFEIÇÃO | HORA | TURMA/DIA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA |
|---------------------|---------------------|-------------------------------|--|---|
| | | | 29.06.2026 | 30.06.2026 |
| CAFÉ DA MANHÃ | 08:00 a 08:20 | Creche I | Mingau: aveia Banana e canela | Batata doce cozida amassada |
| | | Creche II e III | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas |
| | 08:25 a 08:45 | Pré I e II | Pão francês, manteiga Leite e cacau | Pão dog, requeijão Chá de ervas |
| COLAÇÃO | 09:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta |
| | | Creche II, III | Melão | Maçã |
| ALMOÇO | 11:00 | Creche I | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Carne moída, Brócolis, batata, | Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado Cenoura, Chuchu |
| | | Creche II e III | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Tomate | Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Alface |
| | 11:25 a 11:45 | Pré I e II | Arroz, feijão Carne moída, extrato de tomate, purê abóbora Salada: Alface Maçã | Arroz feijão Peito de frango Abobrinha, Salada: Beterraba Laranja |
| COLAÇÃO | 13:45 | Creche I | Mamadeira ou fruta | Mamadeira ou fruta |
| | | Creche II, III e Pré | Maçã | Laranja |
| JANTAR | 15:30 | Creche I | Papa: Caldo feijão, polenta, frango desfiado tomate/cenoura/ batata | Sopa legumes: Arroz, brócolis, chuchu cenoura, iscas patinho |
| | 16:00 | Creche II e III Pré I e II | Polenta, carne moída tomate, abobrinha | Sopa legumes: patinho Arroz, ervilha, chuchu |

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

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

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

RECOMENDAÇÕES ALIMENTARES

- A introdução alimentar é lenta e a partir de 6 meses de vida;
- Respeitar a idade, a capacidade estomacal e o desenvolvimento físico da criança;
- Até o 6º mês - Leite materno exclusivo ou fórmula, sem chá, suco ou papas;
- A partir do 6º mês - 150 a 200ml - Introduzir frutas raspadas e 1ª papa principal, sem sal, peneirada ou bem passada (ovo cozido, peixe, etc) não liquidificadas;
- Do 7º ao 8º mês - 200 a 250ml - Introduzir a 2ª papa principal amassada, não liquidificadas;
- Do 9º ao 11º mês – Ajustar grosseiramente a consistência da refeição da família;
- A partir do 12º mês – 250ml - A criança passa a alimentar-se sozinha, mas monitorada;
- Até 12 meses os alimentos devem ser sem sal e sem açúcar;
- Até 2 anos - 300 a 350ml - não devem consumir açúcar;
- À partir de 2 anos limitar o consumo de sal e açúcar;
- Estimular os alunos a experimentar todos os alimentos;
- A partir de 11 meses a criança deverá aprender a comer sozinha;
- Servir os alimentos com uma porção média, podendo repetir com uma menor;
- Na introdução alimentar, crianças devem aprender a diferenciar sabores.
- Ofertar diferentes alimentos e texturas;
- Crianças alérgicas, intolerantes, diabéticas, atípicas e seletivas deverão ter um tratamento alimentar conforme o caso;
- Na seletividade alimentar, o cardápio é prioritário, caso não aceite, dar outras opções;
- Caso a criança permaneça na escola após as 17 horas, ofertar frutas;
- Crianças da Igreja Adventista do 7º dia substituir a carne de porco por frango/boi/ovo;
- No mingau de aveia, não adicionar açúcar. Usar maçã ou banana que já são doces;
- A FRITURA é proibida na alimentação escolar;
- Todas as frutas devem ser higienizadas, inclusive a banana e a laranja;
- Feijão, arroz, carnes e legumes deverão ser preparados e cozidos no dia de servir;
- Crianças até 2 anos devem evitar sucos, ofertar a fruta in natura;
- Sobras de alimentos não poderão ser utilizados nas refeições do dia seguinte;
- Feijão deverá ser deixado de molho no dia anterior ao cozimento;
- Carnes devem ser descongeladas. Passar do freezer para a câmara fria 1 dia antes do cozimento;
- Diariamente servir no almoço: Arroz, feijão, 1 carne/ovo, 2 legumes, 2 verduras e 1 fruta
- O tempo de cozimento do ovo é de 12 minutos após a fervura;
- Enriquecer a farofa com ovo cozido ou fígado de galinha, 2 vegetais e temperos;
- A margarina é proibida às crianças menores de 4 anos;
- Conforme a Legislação do PNAE o cardápio não poderá ser alterado sem a autorização da nutricionista;

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043



Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399