



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO BERÇÁRIO II E EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 2

04/04/22

05/04/22

06/04/22

07/04/22

08/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	Ovo mexido com pão Chá de Erva doce	Pão com queijo Suco natural de laranja	Ovo mexido com pão LEITE	Bolo de banana LEITE	Pão com queijo Chá de Cidreira
A	Carne moída com molho Polenta Repolho Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Cenoura cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Mamão	Picadinho carne com molho Arroz/Feijão Chuchu cozido Tomate <u>Sobremesa:</u> Manga	Panqueca com molho de carne moída Arroz/Feijão Beterraba cozida <u>Sobremesa:</u> Banana	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Lentilha Brócolis cozido <u>Sobremesa:</u> Laranja
M	Banana com aveia iogurte	Frango com quirera	Pão de queijo Suco natural de laranja	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Risoto de frango
L	Maçã	Banana	Laranja	Mamão	Maçã

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO BERÇÁRIO II E EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 3

11/04/22

12/04/22

13/04/22

14/04/22

15/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	Pão com queijo LEITE	Bolo simples LEITE	Ovo mexido com pão Suco natural de laranja	RECESSO	FERIADO
A	Carne moída com molho Arroz/Feijão Acelga Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Polenta Cenoura cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Maçã	Macarrão com molho de carne moída Beterraba cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Banana		
M	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Risoto de frango	Torta salgada de carne e legumes (tomate, brócolis, abobrinha) Suco natural de abacaxi		
L	Mamão	Manga	Laranja		

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO BERÇÁRIO II E EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 4

18/04/22

19/04/22

20/04/22

21/04/22

22/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	Pão com queijo LEITE	Ovo mexido com pão Suco natural de laranja	Bolo de banana LEITE	FERIADO	RECESSO
A	Carne moída com molho Arroz/Feijão Alface Tomate <u>Sobremesa:</u> Manga	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Abobrinha refogada <u>Sobremesa:</u> Maçã	Picadinho carne com molho Polenta Cenoura cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Mamão		
M	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Frango com quirera	Pão de queijo Suco natural de laranja		
L	Mamão	Banana	Maçã		

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO BERÇÁRIO II E EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 5

25/04/22

26/04/22

27/04/22

28/04/22

29/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	Bolacha caseira LEITE	Ovo mexido com pão Chá de Cidreira	Bolo simples LEITE	Pão com queijo Suco natural de laranja	Bolo de banana LEITE
A	Carne moída com molho Polenta Acelga Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Beterraba cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Mamão	Picadinho carne com molho Arroz/Feijão Cenoura cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Maçã	Panqueca com molho de carne moída Arroz/Feijão Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/ Lentilha Brócolis cozido <u>Sobremesa:</u> Maçã
M	Banana com aveia iogurte	Risoto de frango	Torta salgada de carne e legumes (tomate, brócolis, abobrinha) Suco natural de laranja	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Frango com quirera
L	Maçã	Banana	Manga	Mamão	Banana

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

SEMANA 2

CARDÁPIO – BERÇÁRIO I (0 a 1 ano) – ABRIL/2022

REFEIÇÃO	IDADE	SEGUNDA-FEIRA 04/04/22	TERÇA-FEIRA 05/04/22	QUARTA-FEIRA 06/04/22	QUINTA-FEIRA 07/04/22	SEXTA-FEIRA 08/04/22
DESJEJUM	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança
	7 m a 11 m	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com bolacha	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com bolacha	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão
COLAÇÃO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança
	7 m a 11 m	Mamão papaia Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Maçã argentina Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Mamão papaia Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Pera Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Mamão papaia Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)
ALMOÇO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança
	7 m a 11 m	Arroz branco , carne moída com molho, polenta, repolho refogado Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)	Arroz branco , feijão, peito de frango ao molho, cenoura cozida Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Arroz branco , feijão, carne bovina ao molho, chuchu cozido Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)	Arroz branco , feijão, carne moída ao molho, beterraba cozida Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Arroz branco , feijão, ovos mexidos, brócolis cozido Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)
	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança

Isabele Denardi Haach
Nutricionista RT – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

	7 m a 11 m	Sopa de feijão com legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Polenta cremosa com carne moída Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Sopa de frango com legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Sopa de cabelo de anjo, carne de gado e legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Papa de leite com pão Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (pera)
--	-------------------	--	--	--	--	--

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

Consistência: (Referência: Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores De 2 Anos – Ministério da Saúde, 2021).

**** A partir de 6 MESES (papa):** Alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo, oferecidos de colher, e **NÃO** devem ser liquidificados nem peneirados. As **carnes** devem ser bem cozidas e oferecidas em pedaços pequenos (picados ou desfiados). Alimentos crus como frutas e alguns legumes, podem ser raspados ou amassados.

**** 7 a 8 MESES:** Ofereça alimentos menos amassados do que antes ou bem picados, de acordo com a aceitação da criança.

**** 9 a 11 MESES:** Alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses. As carnes podem ser desfiadas.

- **A comida** deve ser preparada com óleo vegetal em pequena quantidade, temperos naturais (como cebola, alho, salsa) e com uma quantidade mínima de sal.
- **As frutas** para as papas e sobremesas deverão ser amassadas ou raspadas ou, se necessário, cozidas. Não acrescentar açúcar;
- **Crianças menores de 6 meses**, que já iniciaram a alimentação em casa, devem seguir a rotina estabelecida pela mãe;
- Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

SEMANA 3

CARDÁPIO – BERÇÁRIO I (0 a 1 ano) – ABRIL/2022

REFEIÇÃO	IDADE	SEGUNDA-FEIRA 11/04/22	TERÇA-FEIRA 12/04/22	QUARTA-FEIRA 13/04/22	QUINTA-FEIRA 14/04/22	SEXTA-FEIRA 15/04/22
DESJEJUM	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	RECESSO	FERIADO
	7 m a 11 m	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com bolacha	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão		
COLAÇÃO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança		
	7 m a 11 m	Maçã argentina Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Banana-maçã Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Pera Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)		
ALMOÇO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança		
	7 m a 11 m	Arroz branco , feijão, carne moída com molho, acelga refogada Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Arroz branco, peito de frango ao molho, polenta, cenoura cozida Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada ou cozida ou assada)	Macarrão com molho de carne moída, beterraba cozida Fruta amassada (6-8 meses) E Frut pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)		



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

LANCHE	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança		
	7 m a 11 m	Papa de leite com pão Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Sopa de frango com legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Sopa de feijão com cabelo de anjo Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada ou cozida ou assada)		

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

Consistência: (Referência: Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores De 2 Anos – Ministério da Saúde, 2021).

**** A partir de 6 MESES (papa):** Alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo, oferecidos de colher, e **NÃO** devem ser liquidificados nem peneirados. As **carnes** devem ser bem cozidas e oferecidas em pedaços pequenos (picados ou desfiados). Alimentos crus como frutas e alguns legumes, podem ser raspados ou amassados.

**** 7 a 8 MESES:** Ofereça alimentos menos amassados do que antes ou bem picados, de acordo com a aceitação da criança.

**** 9 a 11 MESES:** Alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses. As carnes podem ser desfiadas.

- **A comida** deve ser preparada com óleo vegetal em pequena quantidade, temperos naturais (como cebola, alho, salsa) e com uma quantidade mínima de sal.
- **As frutas** para as papas e sobremesas deverão ser amassadas ou raspadas ou, se necessário, cozidas. Não acrescentar açúcar;
- **Crianças menores de 6 meses**, que já iniciaram a alimentação em casa, devem seguir a rotina estabelecida pela mãe;
- Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

SEMANA 4

CARDÁPIO – BERÇÁRIO I (0 a 1 ano) – ABRIL/2022

REFEIÇÃO	IDADE	SEGUNDA-FEIRA 18/04/22	TERÇA-FEIRA 19/04/22	QUARTA-FEIRA 20/04/22	QUINTA-FEIRA 21/04/22	SEXTA-FEIRA 22/04/22
DESJEJUM	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	FERIADO	RECESSO
	7 m a 11 m	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com bolacha	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão		
COLAÇÃO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança		
	7 m a 11 m	Mamão papaia Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Maçã argentina Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Mamão papaia Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)		
ALMOÇO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança		
	7 m a 11 m	Arroz branco , feijão, carne moída ao molho, chuchu cozido Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)	Arroz branco , feijão, peito de frango ao molho, abobrinha refogada Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Polenta, carne bovina ao molho, cenoura cozida, repolho refogado Fruta amassada (6-8 meses) E Frut pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)		



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

LANCHE	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança		
	7 m a 11 m	Sopa de feijão com legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Polenta cremosa com carne moída Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Sopa de frango com legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)		

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

Consistência: (Referência: Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores De 2 Anos – Ministério da Saúde, 2021).

**** A partir de 6 MESES (papa):** Alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo, oferecidos de colher, e **NÃO** devem ser liquidificados nem peneirados. As **carnes** devem ser bem cozidas e oferecidas em pedaços pequenos (picados ou desfiados). Alimentos crus como frutas e alguns legumes, podem ser raspados ou amassados.

**** 7 a 8 MESES:** Ofereça alimentos menos amassados do que antes ou bem picados, de acordo com a aceitação da criança.

**** 9 a 11 MESES:** Alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses. As carnes podem ser desfiadas.

- **A comida** deve ser preparada com óleo vegetal em pequena quantidade, temperos naturais (como cebola, alho, salsa) e com uma quantidade mínima de sal.
- **As frutas** para as papas e sobremesas deverão ser amassadas ou raspadas ou, se necessário, cozidas. Não acrescentar açúcar;
- **Crianças menores de 6 meses**, que já iniciaram a alimentação em casa, devem seguir a rotina estabelecida pela mãe;
- Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

SEMANA 5

CARDÁPIO – BERÇÁRIO I (0 a 1 ano) – FEVEREIRO/2022

REFEIÇÃO	IDADE	SEGUNDA-FEIRA 25/04/22	TERÇA-FEIRA 26/04/22	QUARTA-FEIRA 27/04/22	QUINTA-FEIRA 28/04/22	SEXTA-FEIRA 29/04/22
DESJEJUM	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança
	7 m a 11 m	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com bolacha	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com bolacha	Leite conforme rotina da criança E/OU Papa de leite com pão
COLAÇÃO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança
	7 m a 11 m	Banana-maçã Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Maçã argentina Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Pera Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	banana-maçã Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)	Maçã argentina Papinha de fruta raspada ou amassada (6-8 meses) Frutas pedaços (a partir 9 meses)
ALMOÇO	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança
	7 m a 11 m	Polenta, carne moída ao molho, acelga refogada Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Arroz branco , feijão, peito de frango ao molho, beterraba cozida Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (pera)	Arroz branco , feijão, carne bovina ao molho, cenoura cozida Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Arroz branco , feijão, carne moída ao molho, chuchu cozido Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)	Arroz branco , feijão, peito de frango ao molho, brócolis cozido Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (pera)

Isabele Denardi Haach
Nutricionista RT – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

LANCHE	0 a 6 meses	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança	Leite conforme rotina da criança
	7 m a 11 m	Sopa de feijão com legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)	Polenta cremosa com carne moída Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)	Sopa de frango com legumes Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (maçã raspada <u>ou</u> cozida <u>ou</u> assada)	Papa de leite com pão Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (mamão papaia)	Sopa de carne moída, batata, cenoura e cabelo de anjo Fruta amassada (6-8 meses) E Fruta pedaços (a partir 9 meses) (banana-maçã)

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

Consistência: (Referência: Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores De 2 Anos – Ministério da Saúde, 2021).

**** A partir de 6 MESES (papa):** Alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo, oferecidos de colher, e **NÃO** devem ser liquidificados nem peneirados. As **carnes** devem ser bem cozidas e oferecidas em pedaços pequenos (picados ou desfiados). Alimentos crus como frutas e alguns legumes, podem ser raspados ou amassados.

**** 7 a 8 MESES:** Ofereça alimentos menos amassados do que antes ou bem picados, de acordo com a aceitação da criança.

**** 9 a 11 MESES:** Alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses. As carnes podem ser desfiadas.

- **A comida** deve ser preparada com óleo vegetal em pequena quantidade, temperos naturais (como cebola, alho, salsa) e com uma quantidade mínima de sal.
- **As frutas** para as papas e sobremesas deverão ser amassadas ou raspadas ou, se necessário, cozidas. Não acrescentar açúcar;
- **Crianças menores de 6 meses**, que já iniciaram a alimentação em casa, devem seguir a rotina estabelecida pela mãe;
- Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 2

	04/04/22	05/04/22	06/04/22	07/04/22	08/04/22
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	Ovo mexido com pão Chá de Erva doce	PANQUECA DE AVEIA Suco natural de laranja	Ovo mexido com pão LEITE SEM LACTOSE	Bolo de banana LEITE SEM LACTOSE	PANQUECA DE AVEIA Chá de Cidreira
A	Carne moída com molho Polenta Repolho Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Cenoura cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Mamão	Picadinho carne com molho Arroz/Feijão Chuchu cozido Tomate <u>Sobremesa:</u> Manga	Panqueca com molho de carne moída Arroz/Feijão Beterraba cozida <u>Sobremesa:</u> Banana	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Lentilha Brócolis cozido <u>Sobremesa:</u> Laranja
M	Banana com aveia IOGURTE SEM LACTOSE	Frango com quirera	Pão de queijo (com LEITE SEM LACTOSE) Suco natural de laranja	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Risoto de frango
L	Maçã	Banana	Laranja	Mamão	Maçã

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 3

	11/04/22	12/04/22	13/04/22	14/04/22	15/04/22
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	PANQUECA DE AVEIA LEITE SEM LACTOSE	Bolo simples LEITE SEM LACTOSE	Ovo mexido com pão Suco natural de laranja	RECESSO	FERIADO
A	Carne moída com molho Arroz/Feijão Acelga Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Polenta Cenoura cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Maçã	Macarrão com molho de carne moída Beterraba cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Banana		
M	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Risoto de frango	Torta salgada de carne e legumes (tomate, brócolis, abobrinha) (com LEITE SEM LACTOSE) Suco natural de abacaxi		
L	Mamão	Manga	Laranja		

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 4

18/04/22

19/04/22

20/04/22

21/04/22

22/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	PANQUECA DE AVEIA LEITE SEM LACTOSE	Ovo mexido com pão Suco natural de laranja	Bolo de banana LEITE SEM LACTOSE	FERIADO	RECESSO
A	Carne moída com molho Arroz/Feijão Alface Tomate <u>Sobremesa:</u> Manga	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Abobrinha refogada <u>Sobremesa:</u> Maçã	Picadinho carne com molho Polenta Cenoura cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Mamão		
M	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Frango com quirera	Pão de queijo (com LEITE SEM LACTOSE) Suco natural de laranja		
L	Mamão	Banana	Maçã		

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 5

25/04/22

26/04/22

27/04/22

28/04/22

29/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	BISCOITO DOCE S/ LACTOSE LEITE SEM LACTOSE	Ovo mexido com pão Chá de Cidreira	Bolo simples LEITE SEM LACTOSE	PANQUECA DE AVEIA Suco natural de laranja	Bolo de banana LEITE SEM LACTOSE
A	Carne moída com molho Polenta Acelga Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Beterraba cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Mamão	Picadinho carne com molho Arroz/Feijão Cenoura cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Maçã	Panqueca com molho de carne moída Arroz/Feijão Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/ Lentilha Brócolis cozido <u>Sobremesa:</u> Maçã
M	Banana com aveia IOGURTE SEM LACTOSE	Risoto de frango	Torta salgada de carne e legumes (tomate, brócolis, abobrinha) (com LEITE SEM LACTOSE) Suco natural de laranja	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Frango com quirera
L	Maçã	Banana	Manga	Mamão	Banana

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 2

	04/04/22	05/04/22	06/04/22	07/04/22	08/04/22
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	Ovo mexido com pão Chá de Erva doce	PANQUECA DE AVEIA Suco natural de laranja	Ovo mexido com pão LEITE DE SOJA	Bolo de banana LEITE DE SOJA	PANQUECA DE AVEIA Chá de Cidreira
A	Carne moída com molho Polenta Repolho Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Cenoura cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Mamão	Picadinho carne com molho Arroz/Feijão Chuchu cozido Tomate <u>Sobremesa:</u> Manga	Panqueca com molho de carne moída Arroz/Feijão Beterraba cozida <u>Sobremesa:</u> Banana	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Lentilha Brócolis cozido <u>Sobremesa:</u> Laranja
M	Banana com aveia LEITE DE SOJA	Frango com quirera	Ovo mexido com pão Suco natural de laranja	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Risoto de frango
L	Maçã	Banana	Laranja	Mamão	Maçã

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 3

11/04/22

12/04/22

13/04/22

14/04/22

15/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	PANQUECA DE AVEIA LEITE DE SOJA	Bolo simples LEITE DE SOJA	Ovo mexido com pão Suco natural de laranja	RECESSO	FERIADO
A	Carne moída com molho Arroz/Feijão Acelga Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Polenta Cenoura cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Maçã	Macarrão com molho de carne moída Beterraba cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Banana		
M	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Risoto de frango	Bolo simples Suco natural de abacaxi		
L	Mamão	Manga	Laranja		

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 4

18/04/22

19/04/22

20/04/22

21/04/22

22/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	PANQUECA DE AVEIA LEITE DE SOJA	Ovo mexido com pão Suco natural de laranja	Bolo de banana LEITE DE SOJA	FERIADO	RECESSO
A	Carne moída com molho Arroz/Feijão Alface Tomate <u>Sobremesa:</u> Manga	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Abobrinha refogada <u>Sobremesa:</u> Maçã	Picadinho carne com molho Polenta Cenoura cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Mamão		
M	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Frango com quirera	Bolo de banana Suco natural de laranja		
L	Mamão	Banana	Maçã		

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEIS – ABRIL/2022

SEMANA 5

25/04/22

26/04/22

27/04/22

28/04/22

29/04/22

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
D	Bolacha caseira LEITE DE SOJA	Ovo mexido com pão Chá de Cidreira	Bolo simples LEITE DE SOJA	PANQUECA DE AVEIA Suco natural de laranja	Bolo de banana LEITE DE SOJA
A	Carne moída com molho Polenta Acelga Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/Feijão Beterraba cozida Alface <u>Sobremesa:</u> Mamão	Picadinho carne com molho Arroz/Feijão Cenoura cozida Repolho <u>Sobremesa:</u> Maçã	Panqueca com molho de carne moída Arroz/Feijão Tomate <u>Sobremesa:</u> Laranja	Frango molho <u>ou</u> assado Arroz/ Lentilha Brócolis cozido <u>Sobremesa:</u> Maçã
M	Banana com aveia LEITE DE SOJA	Risoto de frango	Bolo simples Suco natural de laranja	Pão com carne moída Suco natural de abacaxi	Frango com quirera
L	Maçã	Banana	Manga	Mamão	Banana

OBSERVAÇÃO IMPORTANTE:

- **Crianças a partir de 1 ano:** Ofereça os alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência da comida da família.
- **O suco de fruta (natural)** deverá ser oferecido em pequena quantidade (100 ml/dia) para as crianças de 1 a 2 anos de idade (Recomendação da Sociedade Brasileira de Pediatria). Deverá ser diluído em água e sem açúcar. Deverá ser oferecido à criança, preferencialmente, em copinho; O açúcar deverá ser utilizado somente, em pequena quantidade, com frutas muito ácidas como o abacaxi.

Isabele Denardi Haach
Nutricionista – CRN8 4216



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Torta salgada de carne e legumes

Recheio: Refogar os legumes e a carne e reservar.

Massa: Misturar o leite, o óleo, a farinha e o sal. Misturar até ficar uma massa homogênea. Por último adicionar o fermento.

Despejar metade da massa na forma, colocar o recheio e cobrir com o restante da massa.

Levar ao forno para assar em 200° por aproximadamente 40 minutos.