



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

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – OUTUBRO 2024

SEMANA 1

	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão francês Queijo/Presunto Suco de melancia (fruta)	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
291	14g – 19%	7g – 20%	44g – 61%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – OUTUBRO 2024

SEMANA 2

14/10/24

15/10/24

16/10/24

17/10/24

18/10/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha caseira Café com leite Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
280	13g – 20%	8g – 24%	40g – 56%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – OUTUBRO 2024

SEMANA 3

21/10/24

22/10/24

23/10/24

24/10/24

25/10/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha caseira Café com leite Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	logurte de frutas Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
220	10g – 18%	6g – 20%	34g – 62%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – OUTUBRO 2024

SEMANA 4

28/10/24

29/10/24

30/10/24

31/10/24

01/11/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão francês com carne moída Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
238	13g – 18%	10g – 17%	30g – 65%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 1	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE SEM LACTOSE Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão francês Presunto Suco de melancia (fruta)	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 2

	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha SEM LACTOSE Café com leite SEM LACTOSE Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 3

21/10/24

22/10/24

23/10/24

24/10/24

25/10/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE Café com LEITE SEM LACTOSE Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	iogurte de frutas SEM LACTOSE Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 4</u>	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	01/11/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE SEM LACTOSE Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão francês com carne moída Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 1

07/10/24

08/10/24

09/10/24

10/10/24

11/10/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite (COM ADOÇANTE) Banana	Arroz/ Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão francês Queijo/Presunto Suco de melancia (fruta) COM ADOÇANTE	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta) COM ADOÇANTE

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA SETEMBRO 2024

SEMANA 2

	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	BOLACHA SALGADA Café com leite (com ADOÇANTE) Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta) (COM ADOÇANTE)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 3

21/10/24

22/10/24

23/10/24

24/10/24

25/10/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite (COM ADOÇANTE) Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta) COM ADOÇANTE	logurte de frutas DIET Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 4	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	01/11/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite (COM ADOÇANTE) Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta) COM ADOÇANTE	Pão francês com carne moída Chá mate (COM ADOÇANTE) Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 1	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão SEM GLÚTEN OU BOLACHA SEM GLÚTEN Queijo/Presunto Suco de melancia (fruta)	Carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente – SALSICHA E PÃO SEM GLÚTEN (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 2

	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Banana	Pão SEM GLÚTEN com carne moída <u>QU</u> BOLACHA SEM GLÚTEN Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

[CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024](#)

SEMANA 3	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	iogurte de frutas Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão SEM GLÚTEN com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 4

28/10/24

29/10/24

30/10/24

31/10/24

01/11/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão SEM GLÚTEN com carne moída <u>OU</u> BOLACHA SEM GLÚTEN Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 1	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE DE SOJA Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão francês Presunto Suco de melancia (fruta)	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 2</u>	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha SEM LACTOSE feito com leite de soja Café com LEITE DE SOJA OU CHÁ Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

SEMANA 3	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feito com leite de soja) Café com LEITE DE SOJA OU CHÁ Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	iogurte de SOJA OU VEGANO Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 4</u>	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	01/11/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE DE SOJA OU CHÁ Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão francês com carne moída Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – OUTUBRO 2024

SEMANA 1

	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão francês Queijo/Presunto Suco de melancia (fruta)	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
441	22g – 20%	12g – 22%	63g – 58%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – OUTUBRO 2024

SEMANA 2

14/10/24

15/10/24

16/10/24

17/10/24

18/10/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha caseira Café com leite Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
448	22g – 20%	13g – 25%	63g – 55%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – OUTUBRO 2024

SEMANA 3

21/10/24

22/10/24

23/10/24

24/10/24

25/10/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha caseira Café com leite Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	logurte de frutas Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
390	18g – 18%	11g – 23%	57g – 59%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – OUTUBRO 2024

SEMANA 4

28/10/24

29/10/24

30/10/24

31/10/24

01/11/24

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão francês com carne moída Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
402	19g – 19%	10g – 20%	60g – 61%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 1	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE SEM LACTOSE Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão francês Presunto Suco de melancia (fruta)	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 2</u>	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha SEM LACTOSE Café com LEITE SEM LACTOSE Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 3	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE Café com LEITE SEM LACTOSE Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	iogurte de frutas SEM LACTOSE Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 4</u>	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	01/11/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE SEM LACTOSE Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão francês com carne moída Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Pêssego

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 1	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite (COM ADOÇANTE) Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	Sanduíche: Pão francês Queijo/Presunto Suco de melancia (fruta) COM ADOÇANTE	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta) COM ADOÇANTE

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 2

	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha SALGADA Café com leite (COM ADOÇANTE) Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta) (COM ADOÇANTE)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 3	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite (COM ADOÇANTE) Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta) COM ADOÇANTE	logurte de frutas DIET Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 4</u>	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	01/11/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite (COM ADOÇANTE) Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta) COM ADOÇANTE	Pão francês com carne moída Chá mate (COM ADOÇANTE) Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 1	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão SEM GLÚTEN OU BOLACHA SEM GLÚTEN Queijo/Presunto Suco de melancia (fruta)	Carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (pão sem glúten e salsicha sem glúten) (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 2	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Banana	Pão SEM GLÚTEN com carne moída <u>OU</u> BOLACHA SEM GLÚTEN Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 3	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	logurte de frutas Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão SEM GLÚTEN com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 4	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	01/11/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão SEM GLÚTEN com carne moída <u>QU</u> BOLACHA SEM GLÚTEN Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 1</u>	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE DE SOJA Banana	Arroz/Feijão Frango em molho Cenoura cozida Alface Maçã	<u>Sanduíche:</u> Pão francês Presunto Suco de melancia (fruta)	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA – ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 2	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO ESCOLAR	Bolacha SEM LACTOSE (feito com leite de soja) Café com LEITE DE SOJA Banana	Pão com carne moída Suco de melão (fruta)	Polenta cremosa Frango em molho Repolho Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface Melancia

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

SEMANA 3	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feito com leite de soja) Café com LEITE DE SOJA OU CHÁ Manga	Polenta Frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	logurte de SOJA OU VEGANO Banana	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Melão

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752



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

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - ENSINO FUNDAMENTAL OUTUBRO 2024

<u>SEMANA 4</u>	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	01/11/24
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com LEITE DE SOJA OU CHÁ Banana	Polenta cremosa Carne de frango em molho Repolho Suco de melancia (fruta)	Pão francês com carne moída Chá mate Melancia	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Cenoura Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Repolho Maçã

Mariana Santos Nutricionista
CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA
- AS OPÇÕES PODEM SER ALTERADAS, EVENTUALMENTE, DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DE ENTREGA DOS ALIMENTOS