



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS (MÉDIA MENSAL):

	Composição nutricional											
	Calorias (kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Fibra alimentar (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Magnésio (mg)	Sódio (mg)	Vit A (µg)	Vit C (mg)
Diurno – 4 a 5 anos	306,73	12,45	44,76	8,66	2,62	98,51	1,02	1,28	36,59	330,69	110,92	33,56
Diurno - 6 a 10 anos	360,54	13,63	54,9	9,6	2,96	103,43	1,12	1,43	40,84	478,59	123,31	34,79
Diurno – 11 a 15 anos	447,51	16,61	70,91	10,83	3,35	107,35	1,35	1,8	49,14	484,16	125,57	35,17
Noturno	544,06	23,49	89,73	10,13	7,48	77,55	3,37	3,03	100,97	474,93	162,72	25,89

	% de macronutrientes		
	Proteína	Carboidrato	Lipídio
Diurno – 4 a 5 anos	16,24	58,36	25,4
Diurno - 6 a 10 anos	15,12	60,9	23,97
Diurno – 11 a 15 anos	14,85	63,38	21,78
Noturno	17,27	65,97	16,76



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

DIURNO

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
01 a 06/08 Matutino- 9h Vespertino- 15	PLANEJAMENTO	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Pão francês com carne ao molho -Melão em fatias	- Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz	- Leite com cacau - Bolo de cenoura	- Salpicão de frango (peito) com cenoura e maçã -Arroz -Laranja	- Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela)
08 a 13/08 Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho	- Iogurte - Pão de queijo - Banana	- Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz	- Salada de frutas (laranja, abacaxi, banana e mamão)	-Filé de pescadão com batatas ao molho de tomate - Arroz branco	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Pão francês com carne ao molho
15 a 19/08 Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela)	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) -Pão francês com carne ao molho - Melão em fatias	- Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz	- Leite com cacau - Bolo de cenoura	- Salpicão de frango (peito) com cenoura e maçã -Arroz -Laranja	-
22 a 27/08 Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho	- Iogurte - Pão de queijo - Banana	- Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz	- Salada de frutas (laranja, abacaxi, banana e mamão)	- Filé de pescadão com batatas ao molho de tomate - Arroz branco	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Pão francês com carne ao molho
29/08 a 03/09 Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela)	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) -Pão francês com carne ao molho - Melão em fatias	- Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz	- Leite com cacau - Bolo de cenoura	- Salpicão de frango (peito) com cenoura e maçã -Arroz -Laranja	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Pão francês com carne ao molho



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

NOTURNO

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
01 a 06/08 Noturno 19h	PLANEJAMENTO	-Salada de repolho e tomate -Picadinho de carne com abóbora - Arroz - Feijão de caldo -Banana	- Salada de chuchu em cubos e cheiro verde -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz - Feijão de caldo	- Feijão cozido com carne - Couve refogada - Farofa de banana picadinha - Arroz - Laranja em rodela	- Salpicão de frango (peito) com cenoura e maçã -Arroz - Feijão de caldo	- Vinagrete - Arroz Maria Izabel - Abobrinha - Feijão de caldo
08 a 13/08 Noturno 19h	- Salada de beterraba com cheiro verde - Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho - Feijão de caldo	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Vinagrete -Galinhada (coxa e sobrecoxa) - Cenoura ao molho - Feijão de caldo	- Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz - Feijão de caldo	- Salada repolho e tomate - Quibebe de mandioca com carne -Arroz -Feijão de caldo	- Salada de alface e cheiro verde -Filé de pescado com batatas ao molho de tomate - Arroz	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, abóbora, repolho, feijão e açafrão) - Pão em pedaços
15 a 19/08 Noturno 19h	- Salada de couve em tirinhas e laranja - Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela) - Arroz - Feijão de caldo	-Salada de repolho e tomate -Picadinho de carne com abóbora - Arroz - Feijão de caldo -Banana	- Salada de chuchu em cubos e cheiro verde -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz - Feijão de caldo	- Feijão cozido com carne - Couve refogada - Farofa de banana picadinha - Arroz - Laranja em rodela	- Salpicão de frango (peito) com cenoura e maçã -Arroz - Feijão de caldo	-
22 a 27/08 Noturno 19h	- Salada de beterraba com cheiro verde - Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho - Feijão de caldo	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Vinagrete -Galinhada (coxa e sobrecoxa) - Cenoura ao molho - Feijão de caldo	- Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz - Feijão de caldo	- Salada de repolho e tomate - Quibebe de mandioca com carne -Arroz -Feijão de caldo	- Salada de alface e cheiro verde - Filé de pescado com batatas ao molho de tomate - Arroz	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, abóbora, repolho, feijão e açafrão) - Pão em pedaços
29/08 a 03/09 Noturno 19h	- Salada de couve em tirinhas e laranja - Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela) - Arroz - Feijão de caldo	-Salada de repolho e tomate -Picadinho de carne com abóbora - Arroz - Feijão de caldo -Banana	- Salada de chuchu em cubos e cheiro verde -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz - Feijão de caldo	- Feijão cozido com carne - Couve refogada - Farofa de banana picadinha - Arroz - Laranja em rodela	- Salpicão de frango (peito) com cenoura e maçã -Arroz - Feijão de caldo	- Vinagrete - Arroz Maria Izabel - Abobrinha - Feijão de caldo



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

DIURNO

ALIMENTOS BÁSICOS DE ESTOQUE SECO				
ALIMENTO	Número de refeições ao mês	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade per capita 6 a 10 anos	Quantidade per capita 11 a 15 anos
Açafrão	5	0,3g	0,3g	0,3g
Açúcar	6 (refresco natural) e 3 (leite com cacau)	3g (leite com cacau), 5g (café e fruta caramelada), 7g (bolo de milho), 10g (suco e refresco) e 15g (leite caramelado e canjica)	4g (leite com cacau), 5g (café e fruta caramelada), 7g (bolo de milho), 15g (suco e refresco) e 20g (leite caramelado e canjica)	5g (com leite com cacau), 5g (fruta caramelada), 7g (bolo de milho), 15g (suco e refresco) e 20g (leite caramelado e canjica)
Arroz	12 (prato salgado)	20g (Baião de três) e 40g (prato salgado)	30g (Baião de três) e 60g (prato salgado)	50g (Baião de três) e 80g (prato salgado)
Cacau em pó (100%)	3 (leite com cacau)	3g (leite com cacau)	4g (leite com cacau)	5g (leite com cacau)
Extrato de tomate	13	10g (preparação salgada)	10g (preparação salgada)	10g (preparação salgada)
Farinha de mandioca	-	10g (farofa e feijão tropeiro), 5g (tutu)	15g (farofa e feijão tropeiro),5g (tutu)	15g (farofa e feijão tropeiro),5g (tutu)
Farinha de trigo	-	5g (molho branco), 20g (bolo de cenoura) e 25g (bolo simples)	5g (molho branco), 20g (bolo de cenoura) e 25g (bolo simples),	5g (molho branco), 20g (bolo de cenoura) e 25g (bolo simples),
Feijão	-	10g (sopa), 15g (Baião), 20g (feijão de caldo)	10g (sopa), 15g (Baião), 20g (feijão de caldo)	10g (sopa), 15g (Baião), 20g (feijão de caldo)
Fermento	-	1g (bolo)	1g (bolo)	1g (bolo)
Leite em pó	3 (leite com cacau)	3g (purê), 20g (para diluir com água)	3g (purê), 25g (para diluir com água)	3g (purê), 25g (para diluir com água)



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

Leite líquido	-	14ml (bolo de milho), 20ml (purê), 30ml (molho branco), 150ml (café da manhã e lanche da tarde)	14ml (bolo de milho), 20ml (purê), 50ml (molho branco), 180ml (café da manhã e lanche da tarde)	14ml (bolo de milho), 20ml (purê), 50ml (molho branco), 200ml (café da manhã e lanche da tarde)
Macarrão Padre Nosso (sopa)	-	-	-	-
Macarrão Parafuso	3 (macarronada)	10g (salada), 25g (macarronada)	15g (salada), 40g (macarronada)	15g (salada), 60g (macarronada)
Óleo	2l (3ml)	3ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)	4ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)	5ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)
Queijo ralado	-	7g (bolo de milho)	7g (bolo de milho)	7g (bolo de milho)
Sal	2l (preparação salgada)	0,5g (preparação salgada)	1g preparação salgada)	1g preparação salgada)

VERDURAS, LEGUMES E OVOS

ALIMENTO	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade per capita 6 a 10 anos	Quantidade per capita 11 a 14 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
				1ª semana 01 a 06/08	2ª semana 08 a 13/08	3ª semana 15 a 19/08	4ª semana 22 a 27/08	5ª semana 29/08 a 03/09
Alho	0,5g (por preparação)	1g (por preparação)	1g (por preparação)	4 (preparações)	4 (preparações)	4 (preparações)	4 (preparações)	5 (preparações)
Abobrinha	15g (farofa) e 20g (guarnição)	15g (farofa) e 25g (guarnição)	15g (farofa) e 25g (guarnição)	-	-	-	-	-
Abóbora	25g (guarnição) e 40g (caldo)	25g (guarnição) e 40g (caldo)	30g (guarnição) e 40g (caldo)	-	1(guarnição)	-	1(guarnição)	-
Alface	15g (sanduíche) e 20g (salada)	15g (sanduíche) e 20g (salada)	15g (sanduíche) e 20g (salada)	-	-	-	-	-



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

Batata	20g (sopa e guarnição) e 50g (escondidinho e purê)	20g (sopa), 25g (guarnição) e 70g (escondidinho e purê)	20g (sopa), 25g (guarnição) e 70g (escondidinho e purê)	1 (guarnição)	1 (guarnição) e 1 (escondidinho)	1 (guarnição)	1 (guarnição) e 1 (escondidinho)	1 (guarnição)
Beterraba	20g (guarnição e salada)	25g (guarnição e salada)	25g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
Cebola	3g (por preparação)	5g (por preparação)	5g (por preparação)	4 (refeições)	4 (refeições)	4 (refeições)	4 (refeições)	5 (refeições)
Cenoura	15g (recheio de sanduíche e farofa), 20g (risoto e sopa, guarnição e salada)	15g (recheio de sanduíche e farofa), 20g (risoto e sopa) e 25g (guarnição e salada)	15g (recheio de sanduíche e farofa), 20g (risoto e sopa) e 25g (guarnição e salada)	1 (salada)	1 (salada)	1 (salada)	1 (salada)	1 (salada)
Cheiro verde	1g (por preparação)	1g (por preparação)	1g (por preparação)	-	-	-	-	-
Chuchu	20g (sopa, guarnição e salada)	20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
Couve	20g (guarnição e salada)	20g (guarnição e salada)	20g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
Mandioca	25g (quibebe) e 50g (escondidinho)	30g (quibebe) e 70g (escondidinho)	30g (quibebe) e 70g (escondidinho)	-	-	-	-	-
Milho verde	8,5g (bolo de milho) 40g	8,5g (bolo de milho) 50g	8,5g (bolo de milho) 50g	-	-	-	-	-



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

	(guarnição)	(guarnição)	(guarnição)					
Pepino	20g (salada)	25g (salada)	25g (salada)	-	-	-	-	-
Repolho	20g (sopa) e 25g(salada)	2g (sopa) e 25g (salada)	20g (sopa) e 25g (salada)	1 (salada)	1 (salada)	1 (salada)	1 (salada)	1 (salada)
Tomate	25g (salada), 20g (recheio pão) e 15g (molho)	30g (salada), 20g (recheio pão) e 15g (molho)	30g (salada), 20g (recheio pão) e 15g (molho)	1 (salada)	2 (molhos)	1 (salada)	2 (molhos)	1 (salada)
Ovos – 1 un (cardápio salgado) e 7,5 g (bolo de milho)	1 unid.	1 unid.	1 unid.	-	-	-	-	-

FRUTAS								
ALIMENTO	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade per capita 6 a 10 anos	Quantidade per capita 11 a 14 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
				1ª semana 01 a 06/08	2ª semana 08 a 13/08	3ª semana 15 a 19/08	4ª semana 22 a 27/08	5ª semana 29/08 a 03/09
Abacaxi	10g (salada salgada), 70g (salada de frutas), 100g (refresco natural) e 100g (fatia)	10g (salada salgada), 70g (salada de frutas), 100g (suco) e 150g (fatia)	10g (salada salgada), 70g (salada de frutas), 100g (refresco natural) e 150g (fatia)	-	60g (salada de frutas)	-	60g (salada de frutas)	-
Acerola	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Banana	40g (leite enriquecido e 70g (salada de frutas) e 100g (1 unidade)	40g (leite enriquecido e 70g (salada de frutas) e 100g (1 unidade)	40g (leite enriquecido e 70g (salada de frutas) e 100g (1 unidade)	-	100g (1 unid.) e 60g (salada de frutas)	-	100g (1 unid.) e 60g (salada de frutas)	-
Caju	50g (refresco)	50g (refresco)	50g (refresco)	-	-	-	-	-



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

	natural)	natural)	natural)					
Goiaba	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	-	-	-	-	-
Laranja	10g(salada salgada) e 200g (1 unidade)	10g (salada salgada) e 200g (1 unidade)	10g (salada salgada) e 200g (1 unidade)	200g (1 unid.)	100g (salada de frutas)	200g (1 unid.)	100g (salada de frutas)	200g (1 unid.)
Limão	15g (suco)	15g (suco)	15g (suco)	-	-	-	-	-
Maçã	100g (1 unidade)	100g (1unidade)	100g (1 unidade)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)
Mamão	40g (leite enriquecido), 70g (salada de frutas) e 100g (fatia)	40g (leite enriquecido), 70g (salada de frutas) e 150g (fatia)	40g (leite enriquecido), 70g (salada de frutas) e 150g (fatia)	-	60g (salada de frutas)	-	60g (salada de frutas)	-
Maracujá	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	100g (refresco natural)
Melão	100g (1 fatia)	120g (1 fatia)	120g (1 fatia)	120g (1 fatia)		120g (1 fatia)	-	120g (1 fatia)
Mexerica	150g (1 unidade)	150g (1 unidade)	150g (1 unidade)	-	-	-	-	-

CARNES

ALIMENTO	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade per capita 6 a 10 anos	Quantidade per capita 11 a 14 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
				1ª semana 01 a 06/08	2ª semana 08 a 13/08	3ª semana 15 a 19/08	4ª semana 22 a 27/08	5ª semana 29/08 a 03/09
Carne Bovina	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	2 (preparações)	1 (preparação)	2 (preparações)	1 (preparação)	23 (preparações)
Carne suína	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	-	1 (preparação)	-	1 (preparação)	-
Filé de pescado	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	-	1 (preparação)	-	1 (preparação)	-
Frango - coxa e sobrecoxa	50g (por preparação)	60g (por preparação)	60g (por preparação)	1 (preparação)	-	1 (preparação)	-	1 (preparação)



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

Frango – peito	50g (por preparação)	50g (por preparação)	60g (por preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)
-----------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

logurte, Manteiga de Leite, Queijo Mussarela e Polpa de fruta			
PRODUTOS	(01 a 13/08)	(15 a 27/08)	29/08 a 03/09
logurte- 200ml	200ml	200ml	-
Manteiga de Leite - 5g	-	-	-
Polpa de fruta - 60g	120g	120g	120g
Queijo Mussarela – 5g (prato salgado) e 20g (recheio de pão)	-	-	-

DATA	PANIFICADOS
02/08	Pão francês 1 unid
04/08	Bolo de cenoura (50g)
09/08	Pão de queijo (50g)
13/08	Pão francês 1 unid
16/08	Pão francês 1 unid
18/08	Bolo de cenoura (50g)
23/08	Pão de queijo (50g)
27/08	Pão francês 1 unid
30/08	Pão francês 1 unid
01/09	Bolo de cenoura (50g)
03/09	Pão francês 1 unid



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

NOTURNO

ALIMENTOS BÁSICOS - NOTURNO			
Alimentos	Nº de refeições ao mês	Per capita	Total
Açafrão	7 x 0,3g	0,3g (preparação salgada)	2,1g
Açúcar	2 x 15g	15g (suco e refresco)	30g
Arroz	26 x 80g	80g/50g (baião)	2.080g
Extrato de tomate	6x10g	10g (preparação salgada)	60g
Farinha de mandioca	3 x 15g	15g (farofa) e 5g (tutu)	-
Feijão	26x25g+2x15g	25g/15g (baião) e 15g (sopa)	680g
Macarrão para sopa	2	20g (sopa)	40g
Macarrão Parafuso (macarronada)	2x60g	60g (macarronada) e 15g (salada)	120g
Óleo	28 x 5g	5ml (preparação salgada)	10g
Sal	28 x 1g	1g (preparação salgada)	28g

FRUTAS, VERDURAS, LEGUMES E OVOS						
	Per capita	REFEIÇÕES POR SEMANA				
		1ª semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
Abacaxi	10g (salada salgada) e 100g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Abóbora	10g (feijão), 30g (guarnição) e 40g (caldo)	30g (guarnição)	60g (guarnição e sopa)	30g (guarnição)	60g (guarnição e sopa)	30g (guarnição)
Abobrinha	15g (farofa) e 25g (guarnição)	25g (guarnição)	-	-	-	25g (guarnição)
Acerola	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Alface	20g (salada)	-	20g (salada)	-	20g (salada)	-
Alho	1g	5g	6g	5g	6g	6g
Banana	20g (farofa) e 100g (1 unid.)	120g (1 unid. e 1 farofa)	-	120g (1 unid. e 1 farofa)	-	120g (1 unid. e 1 farofa)



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

Batata	10g (feijão), 20g (sopa) 25g (guarnição) e 70g (purê e escondidinho),	25g (guarnição)	115g (guarnição, escondidinho e sopa)	25g (guarnição)	115g (guarnição, escondidinho e sopa)	25g (guarnição)
Beterraba	25g (guarnição e salada)	-	25g (salada)	-	25g (salada)	-
Cebola	5g	25g	30g	25g	30g	30g
Cenoura	15g (farofa e risoto), 20g (sopa e arroz a grega) e 25g (guarnição e salada)	25g (guarnição)	50g (guarnição e salada)	25g (guarnição)	50g (guarnição e salada)	25g (guarnição)
Cheiro verde	1g	1g	2g	1g	2g	1g
Chuchu	20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	25g (guarnição)	-	25g (guarnição)	-	25g (guarnição)
Couve	20g (guarnição e salada)	20g (guarnição)	-	40g (guarnição e salada)	-	40g (guarnição e salada)
Laranja	10g (salada salgada, 200g (1 unidade)	200g	-	210g (salada e 1 unidade)	-	210g (salada e 1 unidade)
Maçã	10g (salada salgada) e 100g (1 unidade)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)	10g (salada salgada)
Mandioca	30g (quibebe) e 70g (escondidinho)	-	30g (quibebe)	-	30g	-
Maracujá	50g (refresco natural)	-	50g (refresco natural)	-	50g (refresco natural)	-
Mexerica	150g (1 unidade)	-	-	-	-	-
Milho	50g	-	-	-	-	-
Pepino	25g (salada)	-	-	-	-	-
Repolho	10g (feijão), 20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	25g (salada)	75g (salada)	25g (salada)	75g (salada)	25g (salada)
Tomate	15g (molho, recheio e risoto) e 30g (salada)	60g (salada)	60g (salada)	30g (salada)	60g (salada)	60g (salada)
Vagem	20g (arroz a grega) e 25g (guarnição)	-	-	-	-	-
Ovos	1 un (cardápio salgado)	-	-	-	-	-



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

CARNES						
	Per capita	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
		1ª semana 01 a 06/08	2ª semana 08 a 13/08	3ª semana 15 a 19/08	4ª semana 22 a 27/08	5ª semana 29/08 a 03/09
Carne Bovina	50g (por preparação)	3 (preparações)= 150g	2 (preparações)= 100g	3 (preparações)= 150g	2 (preparações)= 100g	4 (preparações)= 200g
Carne Suína	50g (por preparação)	-	1 (preparação) = 50g	-	1 (preparação) = 50g	-
Filé de Pescado	50g (por preparação)	-	1 (preparação) = 50g	-	1 (preparação) = 50g	-
Frango - coxa e sobrecoxa	70g (por preparação)	1 (preparação) = 70g	1 (preparação) = 70g	1 (preparação) = 70g	1 (preparação) = 70g	1 (preparação) = 70g
Frango – peito	60g (por preparação)	1 (preparação) = 60g	1 (preparação) = 60g	1 (preparação) = 60g	1 (preparação) = 60g	1 (preparação) = 60g

Bebida Láctea, Queijo Mussarela, Polpa de fruta e frutas				
PRODUTOS	Per capita	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR QUINZENA		
		1ª quinzena (01 a 13/08)	2ª quinzena (15 a 27/08)	2ª quinzena (29/08 a 03/09)
Polpa de fruta	60g (por preparação)	1 (preparação) =60g	1 (preparação) =60g	-
Queijo mussarela	20g (recheio e macarrão) e 5g (gratinar)	5g	25g (macarronada e para gratinar)	20g (macarronada)

Data	PANIFICADOS
13/08	Pão francês 1/2 unid
27/08	Pão francês 1/2 unid



CARDÁPIO /2022 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO

**SUBSTITUIÇÕES DOS ALIMENTOS CONSTANTES NO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DE ATENDIMENTO
PARCIAL E INTEGRAL**

As substituições serão realizadas somente mediante impossibilidade de cumprimento do cardápio, devendo ser devidamente registradas no Caderno de Consumo Diário com a respectiva justificativa. A quantidade per capita para a substituição deve respeitar a "LISTA DE QUANTIDADE PER CAPITA DOS ALIMENTOS" já estabelecida.

Grupo dos Cereais e Grupo das Raízes e Tubérculos

Arroz, batata doce, batata inglesa, cará, inhame, macarrão, mandioca (assados, cozidos, ensopados ou na forma de purês)

Grupo das Leguminosas

Feijão carioca (andu, branco, feijão-de-corda, feijão-fava, fradinho, preto, rosinha, verde), ervilha, lentilha, grão de bico, soja

Grupo dos Legumes e Verduras

Abóbora, cenoura

Abobrinha, berinjela, chuchu, couve-flor, maxixe, pepino, rabante, repolho

Beterraba, cenoura, chuchu

Folhosos verde escuro (agrião, almeirão, brócolis, chicória, couve, escarola, espinafre, mostarda, rúcula, taioba), acelga, alface

Batata-baroa, batata doce, batata inglesa, cará, inhame,mandioca

Jiló, quiabo, vagem

Grupo das Frutas

Melão, melancia

Laranja, tangerina, abacaxi, morango, goiaba, acerola, caju manga, caju, kiwi, uva

Banana prata, maçã ou nanica

Maçã, pêra, pêssego

Mamão, manga, ata, caqui, jabuticaba



**PREFEITURA
DE GOIÂNIA**

Grupo dos Cereais (Biscoitos, Panificados e Quitandas)

Bolo, cuscuz, pão de batata, pão de forma, pão de milho, pão francês, pão mandi, rosca, tapioca, biscoito de polvilho

Quitandas e outros assados (broa de milho, pão de queijo, quebrador)

Grupo do Leite e Queijos

Leite de vaca, coalhada, iogurtes naturais e queijos

Grupo das Carnes e Ovos

Carne bovina, suína, fígado

Frango, peixe (filé sem espinha), sardinha, ovo

Preparações

Quibe assado, farofa de carne picadinha com trigo e farinha de mandioca