



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

	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	304,19	12,8	45,97	7,68	2,85	59,53	1,01	1,11	34,64	297,49	53,66	85,09
Diurno - 6 a 10 anos	371,41	14,66	57,83	9,05	3,22	67,73	1,17	1,33	40,36	469,84	54,34	86,96
Diurno – 11 a 15 anos	468,74	17,61	76,45	10,28	3,65	73,53	1,39	1,67	48,78	474,74	57,66	97,34
Noturno	590,23	24,46	99,64	10,43	8,82	75,80	3,54	2,95	111,31	453,06	164,25	40,92

	% de macronutrientes		
	Proteína	Carboidrato	Lipídio
Diurno – 4 a 5 anos	16,84	60,46	22,71
Diurno - 6 a 10 anos	15,79	62,29	21,92
Diurno – 11 a 15 anos	15,03	65,24	19,73
Noturno	16,57	67,53	15,90

A elaboração dos cardápios é realizada com base nas seguintes normativas:

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução/CD/FNDE nº 06, de 08 de maio de 2020.** Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar- PNAE. Brasília, 2020. BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2ª.ed. Brasília, 2014. 156p.



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

DIURNO

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
02 a 06/10 Matutino- 9h Vespertino- 15	-Macarrão com molho de carne moída (carne bovina, suína ou frango desfiado)	-Leite com cacau em pó 100% -Bolo de cenoura	-Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) ao molho de açafrão - Arroz -Laranja (abacaxi, banana, mamão,manga ou mexerica)	-Refresco natural de acerola (abacaxi, caju ou maracujá) -Pão francês com frango desfiado ao molho (carne bovina, suína ou frango desfiado)	-Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) com batata ao molho de açafrão -Arroz -Banana (abacaxi, laranja, mamão, manga ou mexerica)	-
09 a 13/10 Matutino- 9h Vespertino- 15h	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	-
16 a 20/10 Matutino- 9h Vespertino- 15h	-Macarrão com molho de carne moída (carne bovina, suína ou frango desfiado)	-Leite com cacau em pó 100% -Bolo de cenoura	- Salada de repolho e abacaxi -Escondidinho de batata e frango desfiado (peito ou coxa e sobrecoxa) -Arroz -Manga picada (abacaxi, banana, laranja, mamão ou mexerica)	-Refresco natural de acerola (abacaxi, caju ou maracujá) -Pão francês com frango desfiado ao molho (carne bovina, suína ou frango desfiado)	-Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) com batata ao molho de açafrão -Arroz -Banana (abacaxi, laranja, mamão, manga ou mexerica)	-
23 a 27/10 Matutino- 9h Vespertino- 15h	-Macarrão com molho de carne moída (carne bovina, suína ou frango desfiado)	FERIADO	- Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) ao molho de açafrão - Arroz -Laranja (abacaxi, banana, mamão, manga ou mexerica)	-Refresco natural de acerola (abacaxi, caju ou maracujá) -Pão francês com frango desfiado ao molho (carne bovina, suína ou frango desfiado)	-Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) com batata ao molho de açafrão - Arroz -Banana (abacaxi, laranja, mamão, manga ou mexerica)	-
30/10 a 03/11 Matutino- 9h Vespertino- 15h	-Macarrão com molho de carne moída (carne bovina, suína ou frango desfiado)	-Refresco natural de acerola (abacaxi, caju ou maracujá) -Pão francês com frango desfiado ao molho (carne bovina, suína ou frango desfiado)	- Salada de repolho e abacaxi -Escondidinho de batata e frango desfiado (peito ou coxa e sobrecoxa) -Arroz -Manga picada	FERIADO	RECESSO	-



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

NOTURNO

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
02 a 06/10 Noturno 19h	-Vinagrete -Macarrão com molho de carne moída (carne bovina, suína ou frango desfiado) - Arroz - Feijão	- Salada de batata e cenoura cozidas - Carne de panela - Farofa de abobrinha - Arroz -Feijão -Banana (abacaxi, laranja, mamão, manga ou mexerica)	-Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) ao molho de açafrão - Arroz / Feijão -Laranja (abacaxi, banana, mamão, manga ou mexerica)	-Salada de beterraba e cheiro verde - Galinhada (peito de frango) - Cenoura ao molho - Tutu de feijão	-Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) com batata ao molho de açafrão - Arroz/Feijão	-
09 a 13/10 Noturno 19h	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIO- NAIS DA EDUCAÇÃO	RECESSO DE PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO	-
16 a 20/10 Noturno 19h	-Vinagrete -Arroz Maria Izabel com carne suína -Abóbora kabutiá ao molho - Feijão de caldo	- Salada de batata e cenoura cozidas - Carne de panela - Farofa de abobrinha - Arroz -Feijão -Banana (abacaxi, laranja, mamão, manga ou mexerica)	-Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho de batata e frango desfiado (peito) -Arroz / Feijão -Manga picada	-Salada de beterraba e cheiro verde - Galinhada (peito de frango ou coxa e sobrecoxa) - Cenoura ao molho - Tutu de feijão	Salada de alface e tomate -Estrogonofe de frango (peito de frango) - Arroz - Laranja	-
23 a 27/10 Noturno 19h	-Vinagrete -Macarrão com molho de carne moída (carne bovina, suína ou frango desfiado) - Arroz - Feijão	FERIADO	- Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) ao molho de açafrão - Arroz / Feijão -Laranja (abacaxi, banana, mamão, manga ou mexerica)	-Salada de alface e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa) assado com batatas - Arroz - Feijão - Banana	-Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa ou peito) com batata ao molho de açafrão - Arroz/ Feijão	-
30/10 a 03/11 Noturno 19h	-Vinagrete -Arroz Maria Izabel com carne suína -Abóbora kabutiá ao molho - Feijão de caldo	- Salada de batata e cenoura cozidas - Carne de panela - Farofa de abobrinha - Arroz -Feijão -Banana (abacaxi, laranja, mamão, manga ou mexerica)	- Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho de batata e frango desfiado (peito) -Arroz / Feijão -Manga picada (abacaxi, banana, laranja, mamão ou mexerica)	FERIADO	RECESSO	



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- 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	4 (refresco natural) e 2 (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	7 (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%)	2 (leite com cacau)	3g (leite com cacau)	4g (leite com cacau)	5g (leite com cacau)
Extrato de tomate	8	10g (preparação salgada)	10g (preparação salgada)	10g (preparação salgada)
Leite em pó	2 (leite com cacau)	3g (purê), 20g (para diluir com água)	3g (purê), 25g (para diluir com água)	3g (purê), 25g (para diluir com água)
Macarrão Parafuso	4 (macarronada)	10g (salada), 25g (macarronada)	15g (salada), 40g (macarronada)	15g (salada), 60g (macarronada)
Óleo	15 (preparação salgada)	3ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)	4ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)	5ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)
Sal	125 (preparação salgada)	0,5g (preparação salgada)	1g preparação salgada)	1g preparação salgada)



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

VERDURAS, LEGUMES E OVOS								
ALIMENTO	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade e per capita 6 a 10 anos	Quantidade e per capita 11 a 14 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
				1ª semana 02 a 06/10	2ª semana 09 a 13/10	3ª semana 16 a 20/10	4ª semana 23 a 27/10	5ª semana 30/10 a 03/11
Alho	0,5g (por preparação)	1g (por preparação)	1g (por preparação)	4 (preparações)	-	4 (preparações)	4 (preparações)	3 (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)	-	-	-	-	-
Alface	15g (sanduíche) e 20g (salada)	15g (sanduíche) e 20g (salada)	15g (sanduíche) e 20g (salada)	-	-	-	-	-
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 (escondidinho)
Beterraba	20g (guarnição e salada)	25g (guarnição e salada)	25g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
Cebola	3g (por	5g (por	5g (por	4 (refeições)	-	4 (refeições)	4 (refeições)	3 (refeições)



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

	preparação)	preparaçã o)	preparaçã o)					
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)	-	-	-	-	-
Cheiro verde	1g (por preparação)	1g (por preparaçã o)	1g (por preparaçã o)	-	-	-	-	-
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 (escondidin ho)	30g (quibebe) e 70g (escondidi nho)	30g (quibebe) e 70g (escondidi nho)	-	-	-	-	-
Milho verde	8,5g (bolo de milho) 40g (guarnição)	8,5g (bolo de milho) 50g (guarnição)	8,5g (bolo de milho) 50g (guarnição)	-	-	-	-	-
Pepino	20g (salada)	25g (salada)	25g (salada)	-	-	-	-	-



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

Repolho	20g (sopa) e 25g(salada)	2g (sopa) e 25g (salada)	20g (sopa) e 25g (salada)	1 (salada)	-	1 (salada)	1 (salada)	1 (salada)
Tomate	25g (salada), 20g(sanduíche) e 15g (molho)	30g (salada), 20g ((sanduíche)) e 15g (molho)	30g (salada), 20g ((sanduíche)) e 15g (molho)	1 (salada)	-	-	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 02 a 06/10	2ª semana 09 a 13/10	3ª semana 16 a 20/10	4ª semana 23 a 27/10	5ª semana 30/10 a 03/11
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)	-	-	1 (salada salgada)	-	1 (salada salgada)
Acerola	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	-	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 unidade)	-	100g (1 unidade)	100g (1 unidade.)	-
Caju	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Goiaba	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	-	-	-	-	-



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

Laranja	10g(salada salgada), 100g (salada de frutas) e 200g (1 unidade)	10g (salada salgada), 100g (salada de frutas) e 200g (1 unidade)	10g (salada salgada), 100g (salada de frutas) e 200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	-	-	200g (1 unidade)	-
Limão	15g (suco)	15g (suco)	15g (suco)	-	-	-	-	-
Maçã	100g (1 unidade)	100g (1unidade)	100g (1 unidade)	-	-	-	-	-
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)	-	-	-	-	-
Manga	100g (sobremesa)	100g (sobremesa)	100g (sobremesa)	-	-	100g (sobremesa)	-	100g (sobremesa)
Maracujá	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Melão	100g (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 02 a 06/10	2ª semana 09 a 13/10	3ª semana 16 a 20/10	4ª semana 23 a 27/10	5ª semana 30/10 a 03/11
Carne Bovina	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	1 (preparação)	-	1 (preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)
Carne suína	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	-	-	-	-	-
Filé de pescado	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	-	-	-	-	-
Frango - coxa e	50g (por	60g (por	60g (por	2	-	1	2	-



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

sobrecoxa	preparação)	preparação)	preparação)	(preparações)		(preparação)	(preparações)	
Frango – peito	50g (por preparação)	50g (por preparação)	60g (por preparação)	1 (preparação)	-	2 (preparações)	1 (preparação)	2 (preparações)

logurte, Manteiga de Leite, Queijo Mussarela e Polpa de fruta		
PRODUTOS	02 a 20/10	23/10 a 03/11
logurte- 200ml	-	-
Manteiga de Leite - 5g	-	-
Polpa de fruta - 60g	120g	120g
Queijo Mussarela – 5g (prato salgado) e 20g (recheio de pão)	-	-

DATA	PANIFICADOS
03/10	Bolo (50g)
05/10	Pão francês 1 unid
17/10	Bolo (50g)
19/10	Pão francês 1 unid
26/10	Pão francês 1 unid
31/10	Pão francês 1 unid



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

NOTURNO

ALIMENTOS BÁSICOS - NOTURNO			
Alimentos	Nº de refeições ao mês	Per capita	Total
Açafrão	6 x 0,3g	0,3g (preparação salgada)	1,8g
Açúcar	1 x 15g	15g (suco e refresco)	15g
Arroz	16x80g x 1 x 50g	80g/50g (baião)	1.330g
Extrato de tomate	2x10g	10g (preparação salgada)	20g
Farinha de mandioca	2x15g+2 x 5g	15g (farofa) e 5g (tutu)	40g
Feijão	16x25g+1x15g	25g/15g (baião) e 15g (sopa)	415g
Macarrão para sopa	-	20g (sopa)	-
Macarrão Parafuso (macarronada)	2	60g (macarronada) e 15g (salada)	120g
Óleo	17 x 5g	5ml (preparação salgada)	85g
Sal	17 x 1g	1g (preparação salgada)	17g

FRUTAS, VERDURAS, LEGUMES E OVOS						
	Per capita	REFEIÇÕES POR SEMANA				
		1ª semana 02 a 06/10	2ª semana 09 a 13/10	3ª semana 16 a 20/10	4ª semana 23 a 27/10	5ª semana 30/10 a 03/11
Abacaxi	10g (salada salgada) e 100g (refresco natural)	-	-	-	-	100g (refresco natural)
Abóbora	10g (feijão), 30g (guarnição) e 40g (caldo)	-	-	30g (guarnição)	-	30g (guarnição)
Abobrinha	15g (farofa) e 25g (guarnição)	15g (farofa)	-	15g (1 farofa)	-	-
Acerola	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Alface	20g (salada)	-	-	20g (salada)	20g (salada)	-
Alho	1g	5g	-	5g	4g	3g



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

Banana	20g (farofa) e 100g (1 unid.)	100g (1 unid.)	-	100g (1 unid)	100g (1 unid.)	-
Batata	10g (feijão), 20g (sopa) 25g (guarnição e salada) e 70g (purê e escondidinho),	50g (1 guarnição e 1 salada)	-	95g (1 salada e 1 escondidinho)	25g (1 guarnição)	70g (1 escondidinho)
Beterraba	25g (guarnição e salada)	25g (1 salada)	-	25g (1 salada)	-	-
Caju	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Cebola	5g	25g	-	25g	20g	15g
Cenoura	15g (farofa e risoto), 20g (sopa e arroz a grega) e 25g (guarnição e salada)	50g (1 salada) e 1 (guarnição)	-	75g (1 guarnição e 2 saladas)	-	25g (1 salada)
Cheiro verde	1g	1g	-	1g	-	-
Chuchu	20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
Couve	20g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
Laranja	10g (salada salgada, 200g (1 unidade)	200g 1 (unid.)	-	200g 1 (unid.)	200g 1 (unid.)	-
Maçã	10g (salada salgada) e 100g (1 unidade)	-	-	10g (1 salada salgada)	-	10g (1 salada salgada)
Mandioca	30g (quibebe) , 70g (escondidinho) e 100g (com costela)	-	-	-	-	-
Mamão	40g (leite enriquecido), 70g (salada de frutas) e 150g (fatia)	-	-	-	-	-
Manga	10g (salada salgada) e 100g (sobremesa)	-	100g (1 sobremesa)	-	100g (1 sobremesa)	-
Maracujá	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
Melão	150g (1 fatia)	-	-	-	-	-
Mexerica	150g (1 unidade)	-	-	-	-	-
Milho	50g	-	-	-	-	-



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

Pepino	25g (salada)	-	-	-	-	-
Quiabo	25g (guarnição)	-	-	-	-	-
Repolho	10g (feijão), 20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	50g (2 saladas)	-	-	50g (2 saladas)	-
Tomate	15g (molho, recheio e risoto) e 30g (salada)	90g (3 saladas)	-	60g (2 saladas)	120g (4 saladas)	60g (2 saladas)
Vagem	20g (arroz a grega) e 25g (guarnição)	-	-	-	-	-
Ovos	1 un (cardápio salgado)	-	-	-	-	-

CARNES						
	Per capita	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
		1ª semana 02 a 06/10	2ª semana 09 a 13/10	3ª semana 16 a 20/10	4ª semana 23 a 27/10	5ª semana 30/10 a 03/11
Carne Bovina	50g (por preparação)	100g 2 (preparações)	-	50g 1(preparação)	50g 1(preparação)	50g 1(preparação)
Carne Bovina- Costela	100g (por preparação)	-	-	-	-	-
Carne Suína	50g (por preparação)	-	-	50g 1(preparação)	-	50g 1(preparação)
Filé de Pescado	50g (por preparação)	-	-	-	-	-
Frango - coxa e sobrecoxa	70g (por preparação)	140g 2 (preparações)	-	-	210g 3 (preparações)	-
Frango – peito	60g (por preparação)	60g 1 (preparação)	-	180g 3(preparações)	-	60g 1 (preparação)

Queijo Mussarela, Polpa de frutas			
PRODUTOS	Per capita	NÚMERO DE REFEIÇÕES	
		02 a 20/10	23/10 a 03/11
Polpa de fruta	60g (por preparação)	-	60g
Queijo mussarela	20g (recheio e macarrão) e 5g	-	-



CARDÁPIO /2023 – MÊS DE OUTUBRO- DIURNO E NOTURNO

	(gratinar)	
--	------------	--

**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), ovo

Preparações

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