

CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

ORIENTAÇÕES GERAIS:

- Identificar no momento da matrícula das crianças possíveis alergias/intolerâncias alimentares, comprovadas por diagnóstico médico ou nutricional, ou história familiar de alergias/intolerâncias alimentares e as restrições para a alimentação, principalmente antes da introdução de novos alimentos;
- Estimular o aleitamento materno tanto em casa quanto na Instituição, de forma exclusiva até os seis meses e continuar, de forma complementar à alimentação, até os dois anos ou mais. Verificar a *"Orientação Técnica 001 – Oferta de leite materno nas instituições educacionais municipais e conveniadas que atendem crianças de 4 meses a dois anos"*;
- Para as crianças que não recebem o leite materno, ofertar preferencialmente fórmulas infantis adequadas à faixa etária para crianças menores de um ano, em vez do leite de vaca;
- Se o leite integral ou fórmula infantil oferecidos forem em pó, diluir em água tratada, filtrada e fervida, conforme constante no Procedimento Operacional Padronizado (POP) número 12 "Higienização, Pré Preparo e Preparo dos Alimentos", item "Leite", constante no Manual de Boas Práticas de Manipulação de Alimentos (MBP);
- Caso seja necessária a utilização de leite de vaca para crianças de 4 meses ou menos, o leite deve ser diluído conforme orientado no POP 12 "Higienização, Pré Preparo e Preparo dos Alimentos", item "Leite", constante no MBP. Estas crianças devem receber suplementação de vitaminas e minerais orientada por um profissional da saúde;
- Recomenda-se a utilização de copo o mais cedo possível para oferecer o leite e outros líquidos, evitando a mamadeira, pois o seu uso pode causar infecções devido à possíveis contaminações, desestimular a amamentação, prejudicar a regulação do apetite e comprometer o desenvolvimento da mastigação, deglutição e fala. Se utilizar a mamadeira, deve-se higienizar conforme POP 08 "Higienização de Móveis, Equipamentos e Utensílios", item "Mamadeiras" constante no MBP;
- Aos 6 meses, ou a partir dos 4 meses para as crianças que não recebem leite materno ou fórmulas infantis (recebem leite de vaca), introduzir de forma lenta e gradual a alimentação complementar, conforme quadro abaixo. Os alimentos devem bem amassados com garfo no início (não liquidificar e não peneirar, adicionar um pouco do caldo de feijão ou da preparação com carne, se necessário) e oferecidos com colher, iniciando com consistência de papas/purês firmes, sem pedaços. Nos primeiros dias da introdução dos alimentos complementares não é preciso preocupar com a quantidade de comida ingerida. Fazer a introdução lenta e gradual dos novos alimentos para que a criança se acostume aos poucos. Se a criança recusar um alimento, ofereça novamente em outra refeição até que se acostume com o sabor;
- A partir dos 7-8 meses a criança já pode receber o jantar e gradativamente alimentos desfiados, levemente amassados ou picados em pequenos pedaços. Gradualmente oferecer alimentos em pequenos pedaços até a consistência normal por volta de um ano de idade;
- As sopas devem ficar na consistência grossa e serem oferecidas levemente amassadas para as crianças menores;
- Não oferecer açúcar (e preparações com açúcar), mel, achocolatado e café para crianças até 3 anos. Nas preparações com frutas utilizá-las bem maduras pois são mais doces;
- Oferecer para a criança água filtrada ou fervida no copo nos intervalos das refeições, várias vezes ao dia. Evitar a mamadeira ou chuchinha;
- Cuidado ao ofertar frutas com caroços/sementes, deve-se retirá-los antes de ofertar à criança pequena;
- Molho de tomate – utilizar o próprio tomate, não utilizar extrato ou molhos industrializados (observar as fichas técnicas das preparações);
- Respeitar os sinais de fome (interesse pela comida) e saciedade da criança (desinteresse pela comida);
- Lavar as mãos antes e após as refeições (agentes educativos, professores e crianças);
- Caso a comida esteja quente esfriá-la mexendo com uma colher, mas não assoprar, antes de oferecer à criança;
- Escovar os dentes da criança, quando aparecerem, pelo menos 2x/dia.

CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

Introdução da alimentação complementar da criança a partir dos 6 meses (ou a partir dos 4 meses quando recebe leite de vaca)

Refeições	Aos 6 (ou 4 meses)	Ao completar 7-8 meses*	Ao completar 9-11 meses	Ao completar 12 meses
Desjejum	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil ou leite de vaca integral	Leite materno ou leite de vaca integral
Colação	Leite materno ou fórmula infantil e Fruta	Leite materno e Fruta	Leite materno e Fruta	Leite materno e Fruta
Almoço	Alimentos dos grupos dos cereais/raízes/ tubérculos, feijões, legumes/verduras e carne /ovo	Alimentos dos grupos dos cereais/raízes/ tubérculos, feijões, legumes/verduras e carne /ovo	Alimentos dos grupos dos cereais/raízes/ tubérculos, feijões, legumes/verduras e carne /ovo	Alimentos dos grupos dos cereais/raízes/ tubérculos, feijões, legumes/verduras e carne/ovo
Lanche da tarde	Leite materno ou fórmula infantil e fruta	Leite materno ou fórmula infantil e fruta	Leite materno ou de vaca integral e fruta	Leite materno ou leite de vaca integral e fruta ou Leite materno ou de vaca integral e cereal/raízes/tubérculos
Jantar	Leite materno ou fórmula infantil	Alimentos dos grupos dos cereais/raízes/ tubérculos, feijões, legumes/verduras e carne ou ovo	Alimentos dos grupos dos cereais/raízes/ tubérculos, feijões, legumes/verduras e carne ou ovo	Alimentos dos grupos dos cereais/raízes/ tubérculos, feijões, legumes/verduras e carne ou ovo

*Se a alimentação complementar foi introduzida aos 4 meses, incluir o jantar a partir dos 5-6 meses.

Referências:

- Brasil. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. *Resolução n° 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.
- Brasil. Ministério da Saúde. *Guia alimentar para crianças menores de dois anos*. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2ª ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Básica. *Cadernos de Atenção Básica: Saúde da criança. Aleitamento materno e alimentação complementar*. 2ª ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- Brasil. Ministério da Saúde. *A creche como promotora da amamentação e da alimentação adequada e saudável*. Livreto para gestores. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.



CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS (MÉDIA MENSAL):

	Composição nutricional matutino											
	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)
1-3 anos	436,2	17,1	66,3	11,4	5,4	201,1	2,2	1,7	65,0	569,0	373,4	33,5
4-5 anos	540,6	21,6	81,5	14,3	7,1	266,8	2,8	2,1	79,7	604,6	471,2	36,0

	% de macronutrientes matutino		
	Proteína	Carboidrato	Lipídio
1-3 anos	15,7	60,8	23,6
4-5 anos	16,0	60,3	23,7

	Composição nutricional vespertino											
	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)
1-3 anos	433,8	16,7	67,3	10,9	5,6	173,0	2,2	1,7	67,7	557,9	400,4	36,5
4-5 anos	525,4	20,8	81,7	12,8	7,4	219,4	2,9	2,1	85,3	577,2	497,7	44,0

	% de macronutrientes vespertino		
	Proteína	Carboidrato	Lipídio
1-3 anos	15,4	62,0	22,6
4-5 anos	15,8	62,2	22,0

CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

CRIANÇAS DE 12 MESES A 5 ANOS

SEMANA 1 (03 E 04/08) / SEMANA 3 (14 A 18/08) / SEMANA 5 (28/08 A 01/09)

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desejum (1 a 3 anos) 7:30	- Leite integral puro - Biscoito de polvilho caseiro	- Leite integral puro - Cookie de banana, aveia e uva passa (sem açúcar)	- Leite integral puro - Pão de queijo	- Leite integral puro - Pão francês (com manteiga a partir dos 2 anos)	- Leite integral puro - Cuscuz (com manteiga a partir dos 2 anos)
Desejum (4 a 5 anos) 7:30	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Peta/Biscoito de polvilho	- Leite integral puro ou caramelado - Cookie de banana, aveia e uva passa (sem açúcar)	- Leite integral puro ou adoçado - Pão de queijo	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Pão francês com manteiga	- Leite integral puro ou caramelado - Cuscuz com manteiga
Almoço - 10:30	- Vinagrete - Quibebe de mandioca com carne suína com açafrão - Beterraba refogada - Arroz - Feijão - Melancia	- Salada de repolho, abacaxi e salsinha - Picadinho de carne com batata e cenoura - Arroz - Feijão - Tangerina	- Salada de alface e acelga - Omelete de forno com tomate, espinafre e queijo - Arroz - Feijão - Laranja	- Salada de tomate em rodela - Estrogonofe de abóbora, couve-flor e carne - Arroz - Feijão - Mamão	- Salada de rabanete - Frango (peito) em íscas refogado com batata - Arroz com brócolis - Feijão - Maçã
Lanche (1 a 3 anos) 13:30	- Leite integral puro - Biscoito de polvilho caseiro	- Leite integral puro - Cookie de banana, aveia e uva passa (sem açúcar)	- Refresco de melancia (ou a fruta) - Pão de queijo	- Leite integral puro - Pão francês (com manteiga a partir dos 2 anos)	- Refresco de tangerina (ou a fruta) - Torta de legumes (cenoura, abobrinha, tomate)
Lanche (4 a 5 anos) 13:30	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Peta/Biscoito de polvilho	- Leite integral puro ou caramelado - Cookie de banana, aveia e uva passa (sem açúcar)	- Refresco de melancia (ou servir a fruta) - Pão de queijo	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Pão francês com manteiga	- Refresco de tangerina (ou a fruta) - Torta de legumes (cenoura, abobrinha, tomate)
Jantar 16:30	- Vinagrete - Quibebe de mandioca com carne suína com açafrão - Beterraba refogada - Arroz - Feijão - Melancia	- Salada de repolho, abacaxi e salsinha - Picadinho de carne com batata e cenoura - Arroz - Feijão - Tangerina	- Salada de alface e acelga - Omelete de forno com tomate, espinafre e queijo - Arroz - Feijão - Laranja	- Salada de tomate em rodela - Estrogonofe de abóbora, couve-flor e carne - Arroz - Feijão - Mamão	- Salada de rabanete - Frango (peito) em íscas refogado com batata - Arroz com abobrinha - Feijão - Maçã



CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

CRIANÇAS DE 12 MESES A 5 ANOS

Semana 2 (07 a 11/08) / Semana 4 (21 a 25/08)

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desejum (1 a 3 anos) 7:30	- Leite integral puro - Biscoito de polvilho caseiro	- Leite integral puro - Bolo de banana, aveia, uva passa e canela (sem açúcar)	- Leite integral puro - Cuscuz (com manteiga a partir dos 2 anos)	- Leite integral puro - Palito de queijo	- Leite integral puro - Pão francês (com manteiga a partir dos 2 anos)
Desejum (4 a 5 anos) 7:30	- Leite integral puro ou adoçado - Biscoito de polvilho caseiro	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Bolo de banana, aveia, uva passa e canela (sem açúcar)	- Leite integral puro ou caramelado com canela - Cuscuz com manteiga	- Leite integral puro ou adoçado - Palito de queijo	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Torradas de pão francês com manteiga
Almoço - 11:00	- Salada de repolho e salsinha - Frango (coxa e sobrecoxa) em cubos refogado com batata em cubos e açafrão - Chuchu refogado - Arroz - Feijão - Maçã	- Salada de agrião e alface - Arroz com frango (peito) e cenoura em cubos - Beterraba refogada - Feijão - Mamão	- Salada de tomate em rodela - Íscas de fígado refogadas - Batata em cubos refogada com açafrão - Arroz com vagem - Feijão - Melancia	- Salada de couve e alface - Arroz com carne em cubos e milho verde - Banana assada - Feijão - Tangerina	- Salada de pepino e tomate - Ovos mexidos - Arroz com brócolis - Feijão com beterraba - Laranja
Lanche (1 a 3 anos) 13:30	- Leite integral puro - Biscoito de polvilho caseiro	- Leite integral puro - Bolo de banana, aveia, uva passa e canela (sem açúcar)	- Leite integral puro - Cuscuz (com manteiga a partir dos 2 anos)	- Refresco de abacaxi com hortelã - Palito de queijo	- Leite integral puro - Pão francês (com manteiga a partir dos 2 anos)
Lanche (4 a 5 anos) 13:30	- Leite integral puro ou adoçado - Biscoito de polvilho caseiro	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Bolo de banana, aveia, uva passa e canela (sem açúcar)	- Leite integral puro ou caramelado com canela - Cuscuz com manteiga	- Refresco de abacaxi com hortelã - Palito de queijo	- Leite integral puro ou com cacau 100% - Torradas de pão francês com manteiga
Jantar 16:30	- Salada de repolho e salsinha - Frango (coxa e sobrecoxa) em cubos refogado com batata em cubos e açafrão - Chuchu refogado - Arroz - Feijão - Maçã	- Salada de agrião e alface - Arroz com frango (peito) e cenoura em cubos - Beterraba refogada - Feijão - Mamão	- Salada de tomate em rodela - Íscas de fígado refogadas - Batata em cubos refogada com açafrão - Arroz com vagem - Feijão - Melancia	- Salada de couve e alface - Arroz com carne em cubos e milho verde - Banana assada - Feijão - Tangerina	- Salada de pepino e tomate - Ovos mexidos - Arroz com brócolis - Feijão com beterraba - Laranja

CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

SUBSTITUIÇÕES DOS ALIMENTOS CONSTANTES NO CARDÁPIO

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

Feijão	Quantidade Per Capita		Leite
	6 meses a 11 meses - 10g	1 ano a 5 anos 15g	Queijo, iogurte, coalhada
Ervilha seca ou grão de bico	15g	20g	-
Lentilha	10g	15g	-

Verduras, Legumes, Raízes, Tubérculos Correspondentes (Na mesma linha)	Frutas Correspondentes (Na mesma linha)
Cenoura, abóbora	Melão, melancia
Folhosos verde escuro (couve, agrião, espinafre)/brócolis/Acelga/Alface	Laranja, tangerina, abacaxi, morango, goiaba, acerola, caqui, uva
Batata, mandioca, cará, inhame, batata doce, milho verde	Banana, prata, maçã ou nanica
Beterraba	Maçã, pera
Vagem, quiabo, jiló	Mamão, manga
Couve-flor, berinjela, abobrinha, chuchu, maxixe, pepino, rabante, repolho	-
Tomate	-
Panificados, Cuscuz e Quitandas Correspondentes	Carnes Correspondentes (Na mesma linha)
Cuscuz (flocos de milho não transgênico), pão francês, pães caseiros sem açúcar e aditivos (conservantes, aromatizantes, estabilizantes, emulsificantes, espessantes e corantes artificiais), bolo com fruta sem açúcar e sem aditivos, pão de queijo, broa de milho de sal, biscoito de polvilho	Carne bovina, suína e fígado
	Frango, peixe (filé sem espinha) e ovo

CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023
QUANTIDADE DE REFEIÇÕES DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

ALIMENTOS BÁSICOS DE ESTOQUE SECO					
ALIMENTO	Nº de refeições do mês		Quantidade per capita 6 a 11 meses	Quantidade per capita 1 a 3 anos	Quantidade per capita 4 a 5 anos
	Matutino	Vespertino			
Açafrão	6	6	0,2g	0,2g	0,2g
Açúcar (preferencialmente não adicionar às preparações)	9 - com cacau 13 - geral	9 - com cacau 6 - geral	-	-	3g com cacau 5g geral
Arroz	22	22	20g	25g	30g 15g para arroz doce
Aveia (farinha ou flocos)	-	2	-	5g para leite enriquecido 10g para mingau	8g para leite enriquecido 15g para mingau
Azeite (opcional nas saladas)	-	-	-	0,5ml	0,5ml
Biscoito de polvilho (peta) (sem corantes e sem conservantes)	4	4	-	25g	25g
Cacau em pó 100%	9	9	-	-	3g
Coco (natural)	-	-	-	3,5g	5,5g
Ervilha seca	-	-	3g	3g	3g
Farinha de mandioca	-	-	5g 5g tutu de feijão e escaldado	8g farofa 5g tutu de feijão e escaldado	8g farofa 5g tutu de feijão e escaldado
Farinha de trigo	Pães - 3 Bolo – 2 Cookie - 2	Torta - 3 Bolo – 2 Cookie - 2	-	15 a 20g para bolo; 3g para molho branco; 8g para suflê	15 a 20g para bolo; 5g para molho branco; 8g para suflê
Feijão	22	22	10g	10g	15g
Fermento biológico	Pães - 3	-	-	0,25g	0,25g
Fermento em pó	2	5	-	0,8g	0,8g
Flocos de milho (cuscuz) não transgênico	5	2	-	25g	25g
Fubá de milho	-	-	-	5g	5g

CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

Leite de coco	-	-	-	-	2ml
Leite em pó (quando não utilizar o leite líquido)	22	15	12g para líquido 3g para purê ou creme salgado	18g para líquido 3g para purê ou creme salgado	20g para líquido 3g para purê ou creme salgado
Leite líquido (quando não utilizar o leite em pó)	22	15	100ml 20ml para purê ou creme salgado	125ml – em geral 20ml para purê ou creme salgado	150ml – em geral 170ml - canjica 20ml para purê ou creme salgado
Lentilha	-	-	5g	5g	5g
Macarrão para macarronada	-	-	5g	10g	10g
Macarrão para sopa	-	-	15g	20g	25g
Manteiga de leite	12	7	-	3g (a partir dos dois anos)	3g
Óleo	22	22	2ml	3ml para almoço e jantar 1ml para lanche	3ml 1ml para lanche
Polvilho (para biscoito feito na instituição)	Bisc. Polv. - 4 Pão de queijo - 2 Palito de queijo - 2	Bisc. Polv. - 4 Pão de queijo - 2 Palito de queijo - 2	-	23g	23g
Sal	22	22	0,5g	1g para almoço e jantar 0,5g para lanche	1g para almoço e jantar 0,5g para lanche
Trigo moído para quibe	-	-	-	8g	12g
Uva passa	4	4	-	5g para adoçar bebidas 5g para bolo	10g para adoçar bebidas 5g para bolo

ALIMENTO1	Quantidade per capita 6 a 11 meses	Quantidade per capita 1 a 3 anos	Quantidade per capita 4 a 5 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES (MATUTINO OU VESPERTINO)				
				1ª semana (03 e 04/08)	2ª semana (07 a 11/08)	3ª semana (14 a 18/08)	4ª semana (21 a 25/08)	5ª semana (28/08 a 01/09)
Carne suína	20g	25g	30g	-	1	-	1	-
Carne Bovina	25g	30g	35g	1	1	2	1	2
Fígado	20g	25g	30g	-	1	-	1	-
Frango - coxa e sobrecoxa	30g	40g	50g	-	1	-	1	-
Frango – peito	30g	40g	50g	1	1	1	1	1

CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

VERDURAS, LEGUMES E OVOS								
ALIMENTO	Quantidade per capita 6 a 11 meses	Quantidade per capita 1 a 3 anos	Quantidade per capita 4 a 5 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA (MATUTINO OU VESPERTINO)				
				1ª semana (03 e 04/08)	2ª semana (07 a 11/08)	3ª semana (14 a 18/08)	4ª semana (21 a 25/08)	5ª semana (28/08 a 01/09)
Acelga	-	10g	10g	-	1	-	1	-
Agrião	-	10g	10g	-	1	-	1	-
Alface	10g	10g	20g	-	1	1	1	1
Alho	0,5g	0,5g	0,5g	2	5	5	5	5
Abóbora	20g	20g	30g	1	-	1	-	1
Abobrinha	20g	20g	30g	1	-	1	-	1
Batata	20g	20g	20g	-	2	1	2	1
Batata doce	20g	20g	20g	-	-	-	-	-
Berinjela	20g	20g	30g	-	-	-	-	-
Beterraba	20g	20g	30g	-	2	1	2	1
Brócolis	10g	10g	10g	-	1	-	1	-
Cará	20g	20g	20g	-	-	-	-	-
Cebola	2g	3g	3g	2	5	5	5	5
Cenoura	20g	20g Refresco – 5 g	30g Refresco - 10g	-	1	1	1	1
Chuchu	20g	20g	30g	-	1	-	1	-
Couve	10g	10g	10g	-	1	-	1	-
Couve-flor	20g	20g	30g	1	-	1	-	1
Espinafre	10g	10g	10g	-	-	1	-	1
Inhame	20g	20g	20g	-	-	-	-	-



CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

Mandioca	20g	20g	20g	-	-	1	-	1
Milho verde	30g	40g	40g	-	1	-	1	-
Pepino	-	20g	30g	-	1	-	1	-
Quiabo	20g	20g	30g	-	-	-	-	-
Rabanete	-	20g	30g	1	-	1	-	1
Repolho	20g	20g	30g	-	1	-	1	-
Tomate	20g	20g	30g	1	2	2	2	2
Vagem	20g	20g	30g	-	1	-	1	-
Ovos	25 g (1/2 unid.) - almoço e jantar	25 g (1/2 unid.) - almoço e jantar; 7g torta de sal; 5g pão; 2,5g – bisc. polvilho	50 g (1 unid.) - almoço e jantar; 7g torta de sal; 5g pão; 2,5g – bisc. polvilho	Vespertino: 1 torta	Matutitno: 1 almoço, 1 bisc. Polvilho, 1 bolo, 1 palito queijo Vespertino: 1 jantar, 1 bisc. Polvilho, 1 bolo, 1 palito queijo	Matutitno: 1 almoço, 1 bisc. Polvilho, 1 pão de queijo Vespertino: 1 jantar, 1 bisc. Polvilho, 1 pão de queijo, 1 torta	Matutitno: 1 almoço, 1 bisc. Polvilho, 1 bolo, 1 palito queijo Vespertino: 1 jantar, 1 bisc. Polvilho, 1 bolo, 1 palito queijo	Matutitno: 1 almoço, 1 bisc. Polvilho, 1 pão de queijo Vespertino: 1 jantar, 1 bisc. Polvilho, 1 pão de queijo, 1 torta

FRUTAS

ALIMENTO	Quantidade per capita 6 a 11 meses	Quantidade per capita 1 a 3 anos	Quantidade per capita 4 a 5 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA (MATUTINO E VESPERTINO)				
				1ª semana (03 e 04/08)	2ª semana (07 a 11/08)	3ª semana (14 a 18/08)	4ª semana (21 a 25/08)	5ª semana (28/08 a 01/09)
Abacate	25g	40g	50g	-	-	-	-	-
Abacaxi	-	50g para sobremesa 80g para refresco 20g para salada	80g para sobremesa 100g para refresco 20g para salada	-	1 refresco	1 salada	1 refresco	1 salada
Banana	40g para colação 20g para sobremesa	60g para almoço 40g para sobremesa e leite enriquecido 20g para bolo	80g para almoço 50g para sobremesa e leite enriquecido 20g para bolo	-	1 bolo	1 cookie	1 bolo	1 cookie



CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

Coco maduro	-	3,5g	5,5g	-	-	-	-	-
Goiaba	40g	60g 40g para creme ou refresco	80g 60g para creme ou refresco	-	-	-	-	-
Laranja	50g para colação e para sobremesa	50g sobremesa 150g para refresco 10g para salada	75g de sobremesa 200g para refresco 10g para salada e bolo	-	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa
Maçã	20g para sobremesa	30g para sobremesa 10g para leite enriquecido 15g para bolo	40g para sobremesa 10g para leite enriquecido 15g para bolo	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa
Mamão	50g para sobremesa	50g para sobremesa e leite enriquecido	60g para sobremesa e leite enriquecido	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa	1 sobremesa
Manga	50g para sobremesa	50g para sobremesa 30g para leite enriquecido 10g para salada	50g para sobremesa 40g para leite enriquecido 10g para salada	-	-	-	-	-
Melancia	75g para sobremesa	100g para refresco 75g para sobremesa	150g para refresco 100g para sobremesa	-	1 sobremesa	1 sobremesa 1 refresco	1 sobremesa	1 sobremesa 1 refresco
Morango	30g	40g	50g	-	-	-	-	-
Tangerina	40g para sobremesa	40g para sobremesa e 80g para refresco	50g para sobremesa e 100g para refresco	1 refresco	1 sobremesa	1 sobremesa 1 refresco	1 refresco	1 sobremesa 1 refresco
Polpa de frutas (goiaba/acerola, abacaxi, caju, maracujá, manga)	-	30g	40g	-	-	-	-	-

LÁCTEOS

ALIMENTO	Quantidade per capita 6 a 11 meses	Quantidade per capita 1 a 3 anos	Quantidade per capita 4 a 5 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES				
				1ª semana (03 e 04/08)	2ª semana (07 a 11/08)	3ª semana (14 a 18/08)	4ª semana (21 a 25/08)	5ª semana (28/08 a 01/09)
Iogurte	-	-	150ml	-	-	-	-	-



CARDÁPIOS CMEI PARCIAL – AGOSTO/2023

Queijo curado ralado	-	3g	3g	Vespertino: 1 torta	Matutino e Vespertino – 1 palito de queijo	Matutino e vespertino: 1 pão de queijo Vespertino: 1 torta	Matutino e Vespertino – 1 palito de queijo	Matutino e vespertino: 1 pão de queijo Vespertino: 1 torta
Queijo Mussarela	-	5g como recheio de pão (s/ carne) 2g para outras preparações	10g como recheio de pão (s/ carne) 3g para outras preparações	-	-	-	-	-

PANIFICADOS

Panificados	Per capita	Dia do Mês
Pão francês (1 a 5 anos)	25g (1/2 unidade ou 1 unidade pequena)	03,11,17,25,31
Pão de forma caseiro (1 a 5 anos) – preparar no CMEI (ver ficha técnica) ou adquirir sem aditivos (conservantes, aromatizantes, estabilizantes, emulsificantes, espessantes e corantes artificiais)	25g (1 fatia)	-
Pão de batata caseiro (1 a 5 anos) – preparar no CMEI (ver ficha técnica) ou adquirir sem aditivos (conservantes, aromatizantes, estabilizantes, emulsificantes, espessantes e corantes artificiais)	25g (1/2 unidade média ou 1 unidade pequena)	-
Pão de queijo ou biscoito de queijo (1 a 5 anos) preparar no CMEI (ver ficha técnica) ou adquirir sem aditivos (conservantes, aromatizantes, estabilizantes, emulsificantes, espessantes e corantes artificiais)	25g (1 unidade média)	16,30
Broa de milho de sal (sem presunto e outros embutidos) (1 a 5 anos)	25g (2 unidades pequenas)	-