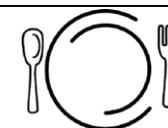




PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – MAIO 2021
EMEF



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/05	04/05	05/05	06/05	07/05
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Galinhada, Batata Doce Alface e Cenoura Fruta	Macarrão à Bolonhesa Rúcula e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Suína Beterraba Fruta	Pão de Cachorro Quente com Geleia Suco de Fruta
Semana 2	10/05	11/05	12/05	13/05	14/05
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Galinhada, Batata Doce Alface e Cenoura Fruta	Macarrão à Bolonhesa Rúcula e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Suína Beterraba Fruta	Pão de Cachorro Quente com Geleia Suco de Fruta
Semana 3	17/05	18/05	19/05	20/05	21/05
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Repolho e Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Galinhão (pão francês com molho de frango)
Semana 4	24/05	25/05	26/05	27/05	28/05
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Repolho e Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Galinhão (pão francês com molho de frango)
Semana 5	31/05	01/06	02/06	03/06	04/06
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito de Gergelim Leite com Chocolate	Galinhada, Mandioca Repolho Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba Fruta	Pão Integral com Geleia Suco de Fruta

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- IOGURTE NATURAL BATIDO COM FRUTA OU COM CACAU PARA DIABÉTICOS / IOGURTE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / IOGURTE DE SOJA OU LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – MAIO 2021
CEI CANTINHO ALEGRE / CEI TRENZINHO ALEGRE



SEMANA 1	Segunda-feira 03/05	Terça-feira 04/05	Quarta-feira 05/05	Quinta-feira 06/05	Sexta-feira 07/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Amendoim Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Macarrão à Bolonhesa Rúcula e Tomate Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Beterraba	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)
SEMANA 2	10/05	11/05	12/05	13/05	14/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Amendoim Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Macarrão à Bolonhesa Rúcula e Tomate Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Beterraba	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)
SEMANA 3	17/05	18/05	19/05	20/05	21/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Ventilha de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Galinhada Beterraba Fruta	Polenta com Carne Moída Alface	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Repolho e Tomate Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhão (Pão Francês com Molho de Frango e Cenoura)
SEMANA 4	24/05	25/05	26/05	27/05	28/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Ventilha de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Galinhada Beterraba Fruta	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Repolho e Tomate Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhão (Pão Francês com Molho de Frango e Cenoura)

SEMANA 5	31/05	01/06	02/06	03/06	04/06
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Ventilha de Queijo Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Batida de Banana e Cacau (sem açúcar)
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Galinhada, Mandioca Repolho	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA / LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE DE VACA.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – MAIO 2021
CEI PEQUENO PRÍNCIPE



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	03/05	04/05	05/05	06/05	07/05
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Galinhada, Batata Doce Alface e Cenoura Fruta	Macarrão à Bolonhesa Rúcula e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Suína Beterraba Fruta	Pão de Cachorro Quente com Geleia Suco de Fruta
Semana 2	10/05	11/05	12/05	13/05	14/05
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Galinhada, Batata Doce Alface e Cenoura Fruta	Macarrão à Bolonhesa Rúcula e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Suína Beterraba Fruta	Pão de Cachorro Quente com Geleia Suco de Fruta
Semana 3	17/05	18/05	19/05	20/05	21/05
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Repolho e Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Galinhão (pão francês com molho de frango)
Semana 4	24/05	25/05	26/05	27/05	28/05
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Repolho e Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Galinhão (pão francês com molho de frango)
Semana 5	31/05	01/06	02/06	03/06	04/06
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito de Gergelim Leite com Chocolate	Galinhada, Mandioca Repolho Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba Fruta	Pão Integral com Geleia Suco de Fruta

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- IOGURTE NATURAL BATIDO COM FRUTA OU COM CACAU PARA DIABÉTICOS/ IOGURTE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / IOGURTE DE SOJA OU LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – MAIO 2021
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/05	04/05	05/05	06/05	07/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Alface	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Abóbora	Galinhão (Pão de Cachorro- Quente com Molho de Frango e Cenoura)
Semana 2	10/05	11/05	12/05	13/05	14/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Macarrão à Bolonhesa Alface	Galinhada Repolho e Tomate	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
Semana 3	17/05	18/05	19/05	20/05	21/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Alface	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Abóbora	Galinhão (Pão de Cachorro- Quente com Molho de Frango e Cenoura)
Semana 4	24/05	25/05	26/05	27/05	28/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Macarrão à Bolonhesa Alface	Galinhada Repolho e Tomate	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
Semana 5	31/05	01/06	02/06	03/06	04/06
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Peixe Beterraba	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Galinhão (Pão de Cachorro- Quente com Molho de Frango e Cenoura)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.

- PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA OU INTOLERANTES À LACTOSE: NÃO UTILIZAR O QUEIJO NO PÃO DE QUEIJO / REQUEIJÃO LIGHT: UTILIZAR PÃO PURO OU COM PATÊ DE FRANGO CASEIRO PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE DE VACA



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – MAIO 2021
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 8 meses)



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	03/05	04/05	05/05	06/05	07/05
Lanche 1 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço / Jantar 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Abóbora	Galinhão (Pão de Cachorro-Quente com Molho de Frango e Cenoura)
SEMANA 2	10/05	11/05	12/05	13/05	14/05
Lanche 1 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço / Jantar 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Abóbora com Carne Moída	Galinhada Repolho Cozido	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
SEMANA 3	17/05	18/05	19/05	20/05	21/05
Lanche 1 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço / Jantar 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Alface	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Abóbora	Galinhão (Pão de Cachorro-Quente com Molho de Frango e Cenoura)
SEMANA 4	24/05	25/05	26/05	27/05	28/05
Lanche 1 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço / Jantar 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Abóbora com Carne Moída	Galinhada Repolho Cozido	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
SEMANA 5	31/05	01/06	02/06	03/06	04/06
Lanche 1 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço / Jantar 10:15 / 16:00 h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Peixe Beterraba	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Galinhão (Pão de Cachorro-Quente com Molho de Frango e Cenoura)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- CONSISTÊNCIA DO ARROZ, FEIJÃO E CARNES: AMASSADOS, PATOSOS. PODE SER UM POUCO MAIS MOLHADO, MAS NÃO LIQUIDIFICAR.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTA DE CARDÁPIO – MAIO 2021
CEI CRIANÇA FELIZ



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/05	04/05	05/05	06/05	07/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Amendoim Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Cenoura Fruta	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)	Arroz, Feijão, Carne Suína Rúcula e Tomate	Macarrão à Bolonhesa Beterraba Fruta
SEMANA 2	10/05	11/05	12/05	13/05	14/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Amendoim Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Cenoura Fruta	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)	Arroz, Feijão, Carne Suína Rúcula e Tomate	Macarrão à Bolonhesa Beterraba Fruta
SEMANA 3	17/05	18/05	19/05	20/05	21/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Ventilha de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Galinhada Beterraba Fruta	Polenta com Carne Moída Repolho Fruta	Galinhão (Pão Francês com Molho de Frango e Cenoura)	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Alface e Tomate Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango
SEMANA 4	24/05	25/05	26/05	27/05	28/05
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Ventilha de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Leite com Cacau em Pó
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Galinhada Beterraba Fruta	Polenta com Carne Moída Repolho Fruta	Galinhão (Pão Francês com Molho de Frango e Cenoura) Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Alface e Tomate Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango

SEMANA 5	31/05	01/06	02/06	03/06	04/06
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Ventilha de Queijo Leite com Cacau em Pó	Fruta	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta	Fruta Batida de Banana e Canela (sem açúcar)
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Tomate Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba Fruta	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)	Galinhada, Mandioca Repolho Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA / LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE DE VACA.