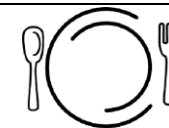




PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JUNHO 2021

**EMEF**



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/06	08/06	09/06	10/06	11/06
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito de Gergelim Leite com Chocolate	Galinhada, Mandioca Repolho Fruta	Polenta com Carne Moida Alface	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba Fruta	Pão Integral com Geleia Suco de Fruta
Semana 2	14/06	15/06	16/06	17/06	18/06
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café	Carreteiro com Carne em Cubos Alface Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	* Pipoca Salgada * Pé-de-Moleque *Rapadura de Chocolate	Cachorro Quente com Carne Moida e Cenoura Suco de Fruta
Semana 3	21/06	22/06	23/06	24/06	25/06
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café	Carreteiro com Carne em Cubos Alface Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	* Pipoca Salgada * Pé-de-Moleque *Rapadura de Chocolate	Cachorro Quente com Carne Moida e Cenoura Suco de Fruta
Semana 4	28/06	29/06	30/06	01/07	02/07
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito Integral Leite com Chocolate	Arroz, Lentilha, Omelete com Legumes Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango Milho Fruta	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Bolo de Laranja Suco de Fruta

\* Cardápio especial de São João com alimentos adquiridos com recursos da Alimentação Escolar

- 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 ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS



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



<b>SEMANA 1</b>	<b>Segunda-feira 07/06</b>	<b>Terça-feira 08/06</b>	<b>Quarta-feira 09/06</b>	<b>Quinta-feira 10/06</b>	<b>Sexta-feira 11/06</b>
<b>Lanche 1 08:00 / 14:00 h</b>	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Vegetais Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta Biscoito de Amendoim Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó
<b>Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas</b>	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Galinhada, Mandioca Repolho  Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba  Fruta	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
<b>SEMANA 2</b>	<b>14/06</b>	<b>15/06</b>	<b>16/06</b>	<b>17/06</b>	<b>18/06</b>
<b>Lanche 1 08:00 / 14:00 h</b>	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Queijo Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Queijo Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó
<b>Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Alface  Fruta	Polenta com Carne Moída Beterraba  Fruta	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Repolho e Tomate	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)
<b>SEMANA 3</b>	<b>21/06</b>	<b>22/06</b>	<b>23/06</b>	<b>24/06</b>	<b>25/06</b>
<b>Lanche 1 08:00 / 14:00 h</b>	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Vegetais Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó	Fruta Bolo de Fubá Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó
<b>Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas</b>	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Galinhada, Mandioca Repolho  Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	*Pipoca Salgada *Pê-de-Moleque (trezinho) *Cri-Cri (cantinho)	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada  Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)
<b>SEMANA 4</b>	<b>28/06</b>	<b>29/06</b>	<b>30/06</b>	<b>01/07</b>	<b>02/07</b>
<b>Lanche 1 08:00 / 14:00 h</b>	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Queijo Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Queijo Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó
<b>Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Alface  Fruta	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Repolho e Tomate  Fruta	Polenta com Carne Moída Beterraba  Fruta	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)

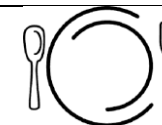
\* Cardápio especial de São João com alimentos adquiridos com recursos da Alimentação Escolar

- 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 – JUNHO 2021  
**CEI PEQUENO PRÍNCIPE**



	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Semana 1</b>	<b>07/06</b>	<b>08/06</b>	<b>09/06</b>	<b>10/06</b>	<b>11/06</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	Biscoito de Gergelim Leite com Chocolate	Galinhada, Mandioca Repolho  Fruta	Polenta com Carne Moída Alface	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba  Fruta	Pão Integral com Geleia  Suco de Fruta
<b>Semana 2</b>	<b>14/06</b>	<b>15/06</b>	<b>16/06</b>	<b>17/06</b>	<b>18/06</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	Biscoito Doce Leite com Café	Carreteiro com Carne em Cubos Alface  Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango  Fruta	* Pipoca Salgada * Cri-Cri de Amendoim	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura  Suco de Fruta
<b>Semana 3</b>	<b>21/06</b>	<b>22/06</b>	<b>23/06</b>	<b>24/06</b>	<b>25/06</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	Biscoito Doce Leite com Café	Carreteiro com Carne em Cubos Alface  Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango  Fruta	* Pipoca Salgada * Cri-Cri de Amendoim	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura  Suco de Fruta
<b>Semana 4</b>	<b>28/06</b>	<b>29/06</b>	<b>30/06</b>	<b>01/07</b>	<b>02/07</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	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	Bolo de Laranja 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.

• LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS



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



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/06	08/06	09/06	10/06	11/06
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
<b>Lanche 2</b> 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Alface	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Assada Repolho	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
<b>Semana 2</b>	<b>14/06</b>	<b>15/06</b>	<b>16/06</b>	<b>17/06</b>	<b>18/06</b>
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
<b>Lanche 2</b> 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
<b>Semana 3</b>	<b>21/06</b>	<b>22/06</b>	<b>23/06</b>	<b>24/06</b>	<b>25/06</b>
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite *Bolo de Fubá e Banana	Pão Integral com Requeijão Frutas
<b>Lanche 2</b> 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Alface	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Assada Repolho	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada *Suco Integral de Uva (sem açúcar)	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango
<b>Semana 4</b>	<b>28/06</b>	<b>29/06</b>	<b>30/06</b>	<b>01/07</b>	<b>02/07</b>
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Pão Integral com Requeijão Frutas	Leite Frutas	Pão de Queijo Frutas	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas
<b>Lanche 2</b> 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

- 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 – JUNHO 2021  
**PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 8 meses)**



	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>SEMANA 1</b>	<b>07/06</b>	<b>08/06</b>	<b>09/06</b>	<b>10/06</b>	<b>11/06</b>
<b>Lanche 1</b> 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2</b> 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço / Jantar</b> 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Cenoura Cozida	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes	Papa de Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Beterraba	Sopa de Letrinhas com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
<b>SEMANA 2</b>	<b>14/06</b>	<b>15/06</b>	<b>16/06</b>	<b>17/06</b>	<b>18/06</b>
<b>Lanche 1</b> 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2</b> 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço / Jantar</b> 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Purê de Abóbora com Carne Moída	Galinhada Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
<b>SEMANA 3</b>	<b>21/06</b>	<b>22/06</b>	<b>23/06</b>	<b>24/06</b>	<b>25/06</b>
<b>Lanche 1</b> 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2</b> 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço / Jantar</b> 10:15 / 16:00 h	Polenta com Carne Moída Cenoura Cozida	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes	Papa de Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Repolho	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura Cozida	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
<b>SEMANA 4</b>	<b>28/06</b>	<b>29/06</b>	<b>30/06</b>	<b>01/07</b>	<b>02/07</b>
<b>Lanche 1</b> 07:30 / 13:30 h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2</b> 08:15 / 14:15 h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço / Jantar</b> 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Purê de Abóbora com Carne Moída	Galinhada Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada

- 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 – JUNHO 2021  
**CEI CRIANÇA FELIZ**



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/06	08/06	09/06	10/06	11/06
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Vegetais Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Fruta Biscoito de Amendoim Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó
<b>Almoço / Jantar</b> 10:30 / 16:00 h	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	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
SEMANA 2	14/06	15/06	16/06	17/06	18/06
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Queijo Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Vegetais Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó
<b>Almoço / Jantar</b> 10:30 / 16:00 h	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho  Fruta	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Alface e Tomate	Polenta com Carne Moída Beterraba  Fruta
SEMANA 3	21/06	22/06	23/06	24/06	25/06
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Vegetais Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó	Fruta *Bolo de Fubá Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó
<b>Almoço / Jantar</b> 10:30 / 16:00 h	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Beterraba  Fruta	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada  Suco Integral de Uva (sem adição de açúcar)	*Pipoca Salgada *Pê-de-Moleque ou *Cri-Cri	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango
SEMANA 4	28/06	29/06	30/06	01/07	02/07
<b>Lanche 1</b> 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Queijo Chá	Fruta Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha de Vegetais Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó
<b>Almoço / Jantar</b> 10:30 / 16:00 h	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho  Fruta	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)  Fruta	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Alface e Tomate	Polenta com Carne Moída Beterraba

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.