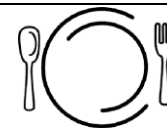




PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2021

EMEF



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/08	03/08	04/08	05/08	06/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito Doce	Macarrão Integral à Bolonhesa Rúcula Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne em Cubos com Molho Repolho Fruta	Galinhão (Pão Francês com Molho de Frango) Suco de Fruta
Semana 2	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Rosquinha de Polvilho	Arroz, Carne Suína em Cubos com Molho Alface/Tomate Fruta	Polenta com Carne Moida Cenoura	Arroz, Feijão, Peixe Beterraba Fruta	Bolacha Caseira Suco de Fruta
Semana 3	16/08	17/08	18/08	19/08	20/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Rosquinha de Polvilho	Arroz, Carne Suína em Cubos com Molho Alface/Tomate Fruta	Polenta com Carne Moida Rúcula e Cenoura	Arroz, Feijão, Peixe Beterraba Fruta	Bolacha Caseira Suco de Fruta
Semana 4	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito de Gergelim	Galinhada, Mandioca Rúcula Fruta	Polenta com Carne Moida Beterraba	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Cenoura Fruta	Pão Integral com Requeijão Suco de Fruta
Semana 5	30/08	31/08	01/09	02/09	03/09
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito de Gergelim	Galinhada, Mandioca Rúcula Fruta	Polenta com Carne Moida Beterraba Fruta	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Cenoura Fruta	Pão Integral com Requeijão 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 – AGOSTO 2021
CEI CANTINHO ALEGRE / CEI TRENZINHO ALEGRE



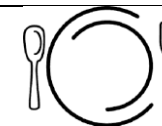
SEMANA 1	Segunda-feira 02/08	Terça-feira 03/08	Quarta-feira 04/08	Quinta-feira 05/08	Sexta-feira 06/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Batata Doce Chá	Ventilha de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Açafração Leite com Cacau em Pó	Fruta Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Carne Suína em Cubos ao Molho Repolho/Tomate Beterraba Fruta	Polenta com Carne Moída Rúcula e Cenoura Fruta	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Beterraba Fruta	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 2	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Amendoim Chá	Ventilha de Queijo Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha Mix de Vegetais Chá
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Sopa de Feijão com Frango e Legumes	Macarrão Integral à Bolonesa Alface Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Cenoura Fruta	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
SEMANA 3	16/08	17/08	18/08	19/08	20/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Batata Doce Chá	Ventilha de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Açafração Leite com Cacau em Pó	Fruta Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Carne Suína em Cubos ao Molho Repolho/Tomate Fruta	Polenta com Carne Moída Rúcula e Cenoura Fruta	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Beterraba Fruta	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 4	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Amendoim Chá	Ventilha de Queijo Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Fruta Ventilha Mix de Vegetais Chá
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho	Sopa de Feijão com Frango e Legumes	Macarrão Integral à Bolonesa	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada

16:00h ambas		Alface Fruta	Fruta	Cenoura Fruta	
SEMANA 5	30/08	31/08	01/09	02/09	03/09
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Batata Doce Chá	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Açafrao Leite com Cacau em Pó	Fruta Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó
Lanche 2 10:15h trezinho 10:30h cantinho 16:00h ambas	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada, Mandioca Rúcula Fruta	Polenta com Carne Moída Cenoura Fruta	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Beterraba Fruta	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.
- 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 – AGOSTO 2021
CEI PEQUENO PRÍNCIPE



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	02/08	03/08	04/08	05/08	06/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito Doce	Arroz, Feijão, Carne Suína em Cubos com Molho Repolho/Tomate Fruta	Polenta com Carne Moida Cenoura	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Beterraba Fruta	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango) Suco de Fruta
Semana 2	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Rosquinha de Polvilho	Macarrão Integral à Bolonhesa Rúcula Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Cenoura Fruta	Bolacha Caseira Suco de Fruta
Semana 3	16/08	17/08	18/08	19/08	20/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Rosquinha de Polvilho	Macarrão Integral à Bolonhesa Rúcula Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Cenoura Fruta	Bolacha Caseira Suco de Fruta
Semana 4	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito de Gergelim	Galinhada, Mandioca Alface/Tomate Fruta	Polenta com Carne Moida Beterraba	Arroz, Lentilha, Carne em Cubos com Molho Repolho Fruta	Pão Integral com Requeijão Suco de Fruta
Semana 5	30/08	31/08	01/09	02/09	03/09
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito de Gergelim	Galinhada, Mandioca Alface/Tomate Fruta	Polenta com Carne Moida Beterraba	Arroz, Lentilha, Carne em Cubos com Molho Repolho Fruta	Pão Integral com Requeijão 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 – AGOSTO 2021
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/08	03/08	04/08	05/08	06/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Leite Crepioica de Cenoura	Pão de Queijo Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas	Waffle de Beterraba Frutas	Leite Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes Frutas	Polenta com Carne Moída Alface Frutas	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Cenoura Frutas	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
Semana 2	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Leite Waffle Integral	Pão de Queijo Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas	Crepioica Tradicional Frutas	Leite Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes Frutas	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Assada Beterraba Frutas	Sopa de Feijão com Frango e Legumes Frutas	Galinhada Repolho e Tomate Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
Semana 3	16/08	17/08	18/08	19/08	20/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Leite Crepioica de Cenoura	Pão de Queijo Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas	Waffle de Beterraba Frutas	Leite Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes Frutas	Polenta com Carne Moída Alface Frutas	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Cenoura Frutas	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
Semana 4	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Leite Waffle Integral	Pão de Queijo Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas	Crepioica Tradicional Frutas	Leite Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes Frutas	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Assada Beterraba Frutas	Sopa de Feijão com Frango e Legumes Frutas	Galinhada Repolho e Tomate Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
Semana 5	30/08	31/08	01/09	02/09	03/09
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Leite Crepioica de Cenoura	Pão de Queijo Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas	Waffle Integral Frutas	Leite Frutas
Lanche 2 10:15 / 16:00 h	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes Frutas	Polenta com Carne Moída Alface Frutas	Arroz, Feijão, Peixe Assado Beterraba Frutas	Sopa de Letrinhas com Massa e Frango Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas

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



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	02/08	03/08	04/08	05/08	06/08
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 Lentilha com Carne em Cubos e Legumes Frutas	Polenta com Carne Moída Beterraba Frutas	Arroz, Feijão, Frango com Molho Frutas	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
SEMANA 2	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08
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 Frutas	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Assada Beterraba Frutas	Sopa de Feijão com Frango e Legumes Frutas	Galinhada Cenoura Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
SEMANA 3	16/08	17/08	18/08	19/08	20/08
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 Lentilha com Carne em Cubos e Legumes Frutas	Polenta com Carne Moída Beterraba Frutas	Arroz, Feijão, Frango ao Molho Cenoura Frutas	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
SEMANA 4	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08
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 Frutas	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Assada Beterraba Frutas	Sopa de Feijão com Frango e Legumes Frutas	Galinhada Cenoura Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas
SEMANA 4	30/08	31/08	01/09	02/09	03/09
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 Lentilha com Carne em Cubos e Legumes Frutas	Polenta com Carne Moída Alface Frutas	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Frutas	Sopa de Letrinhas com Massa e Frango Frutas	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada Frutas

- 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.**



CEI CRIANÇA FELIZ

SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/08	03/08	04/08	05/08	06/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Batata Doce Chá	Ventilha de Queijo Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Açafraão Leite com Cacau em Pó	Fruta Rosquinha de Polvilho Chá
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Carne Suína em Cubos ao Molho Beterraba Fruta	Polenta com Carne Moída Rúcula e Cenoura Fruta	Arroz, Feijão, Peixe Repolho Fruta	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
SEMANA 2	09/08	10/08	11/08	12/08	13/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Amendoim Chá	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo Leite com Cacau em Pó	Fruta Biscoito de Blueberry Chá
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Macarrão Integral à Bolonhesa Cenoura Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Carne em Cubos com Molho Tomate Fruta	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3					
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Batata Doce Chá	Ventilha de Queijo Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Açafraão Leite com Cacau em Pó	Fruta Rosquinha de Polvilho Chá
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Carne Suína em Cubos ao Molho Beterraba Fruta	Polenta com Carne Moída Rúcula e Cenoura Fruta	Arroz, Feijão, Peixe Repolho Fruta	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
SEMANA 4	23/08	24/08	25/08	26/08	27/08
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Fruta Biscoito de Amendoim Chá	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo Leite com Cacau em Pó	Fruta Biscoito de Blueberry Chá
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Macarrão Integral à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Carne em Cubos com Molho Tomate	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango e cenoura)

		Fruta		Fruta	
SEMANA 5	30/08	31/08	01/09	02/09	03/09
Lanche 1 08:00 / 14:00 h	Biscoito de Batata Doce Leite com Cacau em Pó	Ventilha Mix de Vegetais Chá	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Biscoito de Açafrão Chá	Fruta Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó
Almoço / Jantar 10:30 / 16:00 h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada, Mandioca Repolho/Tomate Fruta	Polenta com Carne Moída Alface Fruta	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Beterraba Fruta	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.

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.