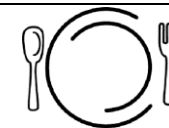




PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – DEZEMBRO 2021

EMEF



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/12	07/12	08/12	09/12	10/12
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Bolacha Caseira	Arroz, Lentilha, Omelete com Legumes Fruta	Rosquinha de Polvilho Suco de Uva	Polenta com Carne Moída Beterraba Fruta	Sanduíche Natural (pão integral, mortadela, queijo e alface)
Semana 2	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12
Lanche 8:45h / 15h	Iogurte Biscoito Doce	Pão Integral com Melado	Conselho de Classe	Escolha dos Efetivos	Entrega de Boletins

- 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 E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE E INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITO E CUPCAKE SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLEANTES AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS



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



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/12	07/12	08/12	09/12	10/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h	Polenta com Carne Moída Cenoura	Arroz, Lentilha, Omelete com Legumes	Sopa de Feijão com Frango e Legumes	Macarrão Integral à Bolonesa Beterraba	Galinhada Repolho
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Cenoura	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Biscoito de Blueberry	Frutas Leite com Cacau em Pó	Fruta Biscoito de Polvilho e Batata Doce
Almoço 10:15h	Polenta com Molho de Frango Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Repolho	Macarrão à Bolonesa Cenoura	Galinhada Pepino
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Sem Aula
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Laranja	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Sem Aula

- 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 E CUPCAKE SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



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

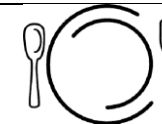


SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/12	07/12	08/12	09/12	10/12
Lanche 1 08:00h	Leite com Cacau em Pó Frutas	Frutas Biscoito de Amendoim	Leite com Cacau em Pó Frutas	Frutas Ventilha de Queijo	Leite com Cacau em Pó Frutas
Almoço 10:30h	Galinhada Cenoura	Sopa de Feijão com Fango e Legumes	Sanduíche Natural (pão integral, mortadela, queijo e alface)	Macarrão Integral à Bolonesa Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Ventilha Mix de Vegetais Suco de Uva	Bolo de Cenoura	Bolacha Caseira Simples	Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moída
SEMANA 2	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:30h	Polenta com Molho de Frango Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Carne Suína Repolho	Galinhada Cenoura	Macarrão à Bolonesa Pepino
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Sem Aula
Jantar 16:00h	Bolacha Caseira Simples	Cachorro-Quente com Carne Moída	Bolo de Cenoura	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Sem Aula

- 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 E CUPCAKE SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



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



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	06/12	07/12	08/12	09/12	10/12
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito Salgado	Sopa de Feijão com Fango e Legumes	Sanduíche Natural (pão integral, mortadela, queijo e alface)	Macarrão Integral à Bolonesa Beterraba	Entrega de Avaliação
Semana 2	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12
Lanche 8:45h / 15h	Iogurte Biscoito Salgado	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Conselho de Classe	Escolha dos Efetivos	Sem aula

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



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



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/12	07/12	08/12	09/12	10/12
Lanche 1 08:00	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Feijão, Arroz, Omelete com Legumes	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango)	Galinhada Beterraba	Sopa de Lentilha com Frango e Legumes
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00 h	Pão de Queijo	Polenta com Carne Moída Cenoura	Waffle Salgado	Rosquinha de Polvilho Suco Integral de Uva	Cachorro-Quente com Carne Moída
SEMANA 2	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12
Lanche 1 08:00	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas
Almoço 10:15h	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Carne em Cubos Repolho	Sopa de Feijão com Frango e Legumes	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango e cenoura)
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Sem Aula
Lanche 3 16:00 h	Pão de Queijo	Bolo de Banana e Beterraba Suco Integral de Uva	Cachorro-Quente com Carne Moída	Pão Integral com Requeijão	Sem Aula

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



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	06/12	07/12	08/12	09/12	10/12
Desjejum 07:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 08:15h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Feijão, Arroz, Omelete com Legumes	Galinhão (pão de cachorro-quente com molho de frango)	Galinhada Beterraba	Sopa de Lentilha com Frango e Legumes
Lanche 1 13:30h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta
Lanche 2 14:15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 16:00h	Carreteiro com Carne em Cubos	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída	Cachorro-Quente com Carne Moída
SEMANA 2	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12
Desjejum 07:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 08:15h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Galinhão (pão de cachorro-quente com molho de frango e cenoura)
Lanche 1 13:30h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Sem Aula
Lanche 2 14:15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Sem Aula
Lanche 3 16:00h	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Galinhada Cenoura	Cachorro-Quente com Carne Moída	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sem Aula

- 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, FEIJOÃO E CARNES: AMASSADOS, PATOSOS. PODE SER UM POUCO MAIS MOLHADO, MAS NÃO LIQUIDIFICAR.**



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



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/12	07/12	08/12	09/12	10/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Rosquinha de Polvilho
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moida Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate	Galinhada Repolho	Macarrão Integral à Bolonhesa Beterraba
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Cenoura	Rosquinha de Polvilho Suco de Uva	Leite com Cacau em Pó Pão Integral com Requeijão	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)
SEMANA 2	13/12	14/12	15/12	16/12	17/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Biscoito de Blueberry	Fruta Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Polenta com Carne Moida Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Galinhada Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Sem Aula
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolo de Laranja	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Leite com Cacau em Pó Pão Integral com Requeijão	Sem Aula

- 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.