

PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JULHO 2023
EMEF

Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/07	04/07	05/07	06/07	07/08
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Sagu com Suco de Uva Fruta	Galinhada Repolho/Tomate	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sanduíche Natural (Pão Integral, Mortadela de Frango, Queijo, Alface) Fruta
Semana 2	10/07	11/07	12/07	13/07	14/07
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Alface/Tomate	Macarrão Caseiro à Bolonhesa Cenoura/Vagem Fruta	Arroz Strogonoff de Gado Pepino	Bolo de Cenoura Suco de Abacaxi Fruta
Semana 3	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07
Lanche 8:45h / 15h	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Semana 4	24/07	25/07	26/07	27/07	28/07
Lanche 8:45h / 15h	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO 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.
- IOGURTE E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES AO LEITE / BISCOITO E IOGURTE ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JULHO 2023
CEI PEQUENO PRÍNCIPE

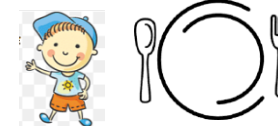


	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	03/07	04/07	05/07	06/07	07/08
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Capuccino Fruta	Galinhada Alface/Repolho	Frutas (atividade de degustação – coquetel de frutas)	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sanduíche Natural (Pão Francês, Mortadela de Frango, Queijo e Tomate)
Semana 2	10/07	11/07	12/07	13/07	14/07
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Iogurte Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Pepino	Macarrão Caseiro à Bolonhesa Cenoura/Vagem	Arroz Strogonoff de Gado Beterraba	Bolacha Caseira Suco de Uva Fruta
Semana 3	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07
Lanche 8:45h / 15h	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Semana 4	24/07	25/07	26/07	27/07	28/07
Lanche 8:45h / 15h	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO 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.
- IOGURTE E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JULHO 2023



CEI CANTINHO ALEGRE

SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/07	04/07	05/07	06/07	07/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Palito Salgado Suco de Maçã	Rosquinha de Polvilho Leite com Capuccino	Grissini Integral Suco de Uva	Biscoito de Blueberry Leite com Choicolate
Almoço 10:20h	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Galinhada Alface/Repolho	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Pepino
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Bolo de Fubá Suco de Uva	Pão de Milho com Geleia	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão	Sanduíche Natural (Pão Francês, Mortadela de Frango, Queijo e Tomate)
SEMANA 2	10/07	11/07	12/07	13/07	14/07
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado Suco de Maçã	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Pão de Milho com Melado Suco de Maçã	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Biscoito doce de Batata Doce Suco de Maçã
Almoço 10:20h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Frutas	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Pepino	Macarrão Caseiro à Bolonesa Cenoura/Vagem	Arroz Strogonoff de Gado Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
Lanche 2 14:00h	Futas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Bolacha Caseira Leite com Capuccino	Sagu com Suco de Uva Biscoito Salgado	Galinhão (pão francês com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Suco de Maçã	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Biscoito de Blueberry Leite com Capuccino
Almoço 10:20h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Tomate	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba
Lanche 2 14:00h	Futas	Frutas	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Melado	Bolo de Laranja	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura

Semana 4	24/07	25/07	26/07	27/07	28/07
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Suco de Maçã	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Pão de Milho com Geleia Suco de Uva	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Biscoito de Blueberry Suco de Maçã
Almoço 10:20h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Assado Cenoura	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Galinhada Pepino
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Capuccino	Sagu com Suco de Uva Biscoito Salgado	Galinhão (pão francês 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.
- IOGURTE E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JULHO 2023
CEI TRENZINHO ALEGRE



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/07	04/07	05/07	06/07	07/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Grissini Integral Fruta	Pão Integral com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Palito Salgado Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Brócolis	Arroz, Feijão, Carne Suína Repolho/Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Maionese Caseira	Bolo de Fubá Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	10/07	11/07	12/07	13/07	14/07
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Biscoito Doce Batata Doce Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Strogonoff de Gado Alface/Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Macarrão Caseiro à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Geleia sem Açúcar	Bolo de Laranja Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo	Sagu com Suco Integral de Uva Grissini Integral	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07
Lanche 1 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Grissini Integral Fruta	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Palito Salgado Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Pepino	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Galinhada Beterraba
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Frutas Pipoca Salgada

					Suco de Laranja
Jantar 16:00h	Pão Francês com Maionese Caseira	Palito Salgado Leite com Cacau em Pó	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
Semana 4	24/07	25/07	26/07	27/07	28/07
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Pão Integral com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Biscoito Doce Batata Doce Fruta
Almoço 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Polenta com Carne Moída Pepino	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Maionese Caseira	Bolo de Cacau Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	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 / BISCOITOS E BOLOS SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JULHO 2023
CEI CRIANÇA FELIZ



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/07	04/07	05/07	06/07	07/08
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Ventilha de Queijo	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Grissini Integral	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Palito Salgado
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
Lanche 2 13:15h	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo Suco de Uva (ou fórmula para < 1 ano) Polenta com Molho de Frango Cenoura (Até 9 meses)	Bolo de Cenoura Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Sopa de Legumes com Massa e Frango (Até 9 meses)	Cachorro Quente com Carne Moída Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Pão Integral com Requeijão Suco de Maçã Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango (Até 9 meses)
SEMANA 2	10/07	11/07	12/07	13/07	14/07
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Biscoito de Polvilho e Batata Doce	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Ventilha de Queijo	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Palito Salgado
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Tomate	Macarrão à Bolonhesa Pepino	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho
Lanche 2 13:15h	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo Suco de Maçã Polenta com Carne Moída e Beterraba (Até 9 meses)	Bolo de Laranja Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída	Galinhão (pão francês com molho de frango e cenoura) Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Sagu com Suco de Uva Grissini Integral Polenta com Molho de Frango e Cenoura (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango (Até 9 meses)
SEMANA 3	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano

	Frutas Biscoito de Polvilho e Batata Doce	Frutas Ventilha de Queijo			Frutas Palito Salgado
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Galinhada Pepino
Lanche 2 13:15h	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo Suco de Uva Polenta com Carne Moída e Cenoura (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Bolo de Cenoura Suco de Uva Sopa de Legumes com Massa e Frango (Até 9 meses)
SEMANA 4	24/07	25/07	26/07	27/07	28/07
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Biscoito de Polvilho e Batata Doce	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Ventilha de Queijo	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Palito Salgado	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Rosquinha de Polvilho
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
Lanche 2 13:15h	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo Suco de Maçã Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Bolo de Laranja Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)	Cachorro Quente (pão francês com carne moída e cenoura) Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Sagu com Suco de Uva Grissini Integral Polenta com Molho de Frango e Cenoura (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango (Até 9 meses)

OBSERVAÇÕES:

PARA CRIANÇAS DE ATÉ 9 MESES, FRUTAS E VEGETAIS PODEM SER AMASSADOS (NÃO LIQUIDIFICADOS)

NÃO OFERECER BISCOITOS OU PÃES PARA CRIANÇAS MENORES DE 9 MESES. AS REFEIÇÕES DEVE CONTER APENAS LEITE, FRUTAS, VEGETAIS E CARNES.

- 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 / PARA ALÉRGICOS AO OVO: LANCHES SEM OVO OU PREPARADOS COM OVO DE LINHAÇA.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JULHO 2023
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	03/07	04/07	05/07	06/07	07/08
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão de Milho com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Pasta de Amendoim
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Frango Assado Repolho/Tomate	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Bolo de Legumes e Carne em Cubos	Galinhada Pepino	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	10/07	11/07	12/07	13/07	14/07
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão de Milho com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Geleia de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Alface/Tomate	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Bolo de Laranja Suco de Uva	Polenta com Carne Moída Pepino	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Galinhada Pepino

Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 4	24/07	25/07	26/07	27/07	28/07
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão de Milho com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Macarrão à Bolonhesa Pepino	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes	Arroz, Lentilha, Frango Assado Tomate	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Bolo de Cenoura Suco de Uva	Sopa de Legumes com Massa e Frango	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 / PARA ALÉRGICOS AO OVO: LANCHES SEM OVO OU PREPARADOS COM OVO DE LINHAÇA.



EITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – JULHO 2023
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 9 meses)



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	03/07	04/07	05/07	06/07	07/08
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Frango Assado Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes
Lanche 1 13:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta
Jantar 16:00h	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Galinhada Abóbora	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída
SEMANA 2	10/07	11/07	12/07	13/07	14/07
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Abóbora	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína
Lanche 1 13:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta
Jantar 16:00h	Purê de Abóbora com Carne Moída	Galinhada Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Molho de Frango Cenoura
SEMANA 3	17/07	18/07	19/07	20/07	21/07
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Fórmula Infantil Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Galinhada Cenoura
Lanche 1 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Leite ou Fórmula
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Papa de Fruta
Jantar 16:00h	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	CAPACITAÇÃO FUNCIONÁRIOS	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída
SEMANA 4	24/07	25/07	26/07	27/07	28/07
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes	Arroz, Lentilha, Frango Assado Abóbora	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína

Lanche 1 13:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta
Jantar 16:00h	Purê de Abóbora com Carne Moída	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Molho de Frango 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.
- **CONSISTÊNCIA DO ARROZ, FEIJÃO E CARNES:** AMASSADOS, PASTOSOS. PODE SER UM POUCO MAIS MOLHADO, MAS NÃO LIQUIDIFICAR.
- LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE E LEITE VEGETAL (SOJA OU COCO) PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA.