



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	04/09	05/09	06/09	07/09	08/09
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Chocolate  Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Repolho/Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta	FERIADO	Bolacha Caseira Suco de Uva  Fruta
Semana 2	11/09	12/09	13/09	14/09	15/09
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Sagu com Suco de Uva  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Macarrão Caseiro à Bolonesa e Proteína de Soja Cenoura/Vagem  Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)  Fruta
Semana 3	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Chocolate  Fruta	Polenta com Carne Moída  Pepino  Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão, Peixe  Tomate	Sanduíche Natural (pão francês, mortadela de frango, queijo, alface)  Fruta
Semana 4	25/09	26/09	27/09	28/09	29/09
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Iogurte  Fruta	Macarrão com Molho de Frango  Cenoura/Vagem	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos  Fruta	Arroz, Purê de Batata, Carne Moída  Beterraba	Bolo de Cenoura  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 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 – SETEMBRO 2023  
**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>04/09</b>	<b>05/09</b>	<b>06/09</b>	<b>07/09</b>	<b>08/09</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	Biscoito Doce Leite com Chocolate  Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango	FERIADO	Bolacha Caseira  Fruta
<b>Semana 2</b>	<b>11/09</b>	<b>12/09</b>	<b>13/09</b>	<b>14/09</b>	<b>15/09</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	Biscoito Salgado Leite com Café  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino	Polenta com Carne Moída Beterraba	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate	Pão Integral com Geleia Suco de Maçã  Fruta
<b>Semana 3</b>	<b>18/09</b>	<b>19/09</b>	<b>20/09</b>	<b>21/09</b>	<b>22/09</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	Biscoito Doce Leite com Chocolate  Fruta	Macarrão à Bolonhesa  Cenoura/Vagem	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão, Peixe  Pepino	Sanduíche Natural (pão francês, mortadela de frango, queijo, tomate)  Fruta
<b>Semana 4</b>	<b>25/09</b>	<b>26/09</b>	<b>27/09</b>	<b>28/09</b>	<b>29/09</b>
<b>Lanche</b> <b>8:45h / 15h</b>	Cereal Iogurte  Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sagu com Suco de Uva Biscoito Salgado  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 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 – SETEMBRO 2023  
**CEI CANTINHO ALEGRE**



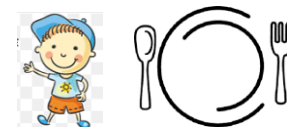
SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	04/09	05/09	06/09	07/09	08/09
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Grissini Integral Suco de Maçã	Rosquinha de Polvilho Leite com Capuccino	FERIADO	Biscoito de Blueberry Leite com Chocolate
<b>Almoço</b> 10:20h	Polenta com Molho de Frango Beterraba  Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Tomate  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino  Fruta	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango  Fruta
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	Pão de Queijo	Pão de Milho com Geleia	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	FERIADO	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	11/09	12/09	13/09	14/09	15/09
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Palito Salgado Suco de Maçã	Biscoito de Batata Doce Leite com Chocolate	Pão de Milho com Melado Suco de Maçã	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Ventilha de Queijo Suco de Maçã
<b>Almoço</b> 10:20h	Macarrão à Bolonhesa Cenoura  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino  Fruta	Sopa de Feijão com Legumes e Frango  Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate  Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango Beterraba  Fruta
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	Bolo de Chocolate	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	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Grissini Integral Suco de Maçã	Biscoito de Blueberry Leite com Chocolate	Rosquinha de Polvilho Leite com Capuccino	Palito Salgado Suco de Uva	Ventilha de Queijo Leite com Capuccino
<b>Almoço</b> 10:20h	Carreteiro com Carne Moída Tomate  Fruta	Macarrão à Bolonhesa Cenoura/Vagem  Fruta	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango  Fruta	Arroz, Feijão, Peixe  Pepino  Fruta	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos  Fruta

<b>Lanche 2 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00h</b>	Pão de Queijo	Pão Integral com Geleia	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão	Sanduíche Natural (pão francês, mortadela de frango, queijo, tomate)
<b>Semana 4</b>	<b>25/09</b>	<b>26/09</b>	<b>27/09</b>	<b>28/09</b>	<b>29/09</b>
<b>Lanche 1 08:00h</b>	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
<b>Almoço 10:20h</b>	Polenta com Carne Moída Pepino  Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango Cenoura  Fruta	Sopa de Feijão com Legumes e Frango  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba  Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate  Fruta
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00h</b>	Bolo de Cenoura	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Capuccino	Sagu com Suco de Uva Biscoito Salgado	Cachorro Quente com Carne Moída 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 – SETEMBRO 2023  
**CEI TRENZINHO ALEGRE**



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	04/09	05/09	06/09	07/09	08/09
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Grissini Integral Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	FERIADO	Rosquinha de Polvilho Fruta
<b>Almoço</b> 10:15h	Arroz, Feijão Carioca, Peixe  Tomate	Polenta com Carne Moída  Repolho	Galinhada  Pepino	FERIADO	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	Pão Francês com Requeijão	Bolo de Laranja Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo	FERIADO	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	11/09	12/09	13/09	14/09	15/09
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Palito Salgado Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Biscoito de Batata Doce Fruta
<b>Almoço</b> 10:15h	Arroz, Feijão, Ovo Cozido  Pepino	Macarrão Caseiro à Bolonhesa  Brócolis	Arroz, Strogonoff de Gado  Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe  Tomate
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	Pão Francês com Maionese Caseira	Bolo de Cacau 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	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Grissini Integral Fruta	Pão Integral com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Palito Salgado Fruta
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Brócolis	Polenta com Carne Moída Repolho	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Pepino	Arroz, Strogonoff de Frango Beterraba
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

<b>Jantar 16:00h</b>	Pão Francês com Requeijão	Bolo de Cacau Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
<b>Semana 4</b>	<b>25/09</b>	<b>26/09</b>	<b>27/09</b>	<b>28/09</b>	<b>29/09</b>
<b>Lanche 1 08:00h</b>	Grissini Integral Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Biscoito de Batata Doce Fruta
<b>Almoço 10:15h</b>	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Galinhada Brócolis	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Macarrão à Bolonhesa Pepino	Arroz, Feijão, Carne Suína Beterraba
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00h</b>	Pão Francês com Maionese Caseira	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)

- 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 – SETEMBRO 2023  
**CEI CRIANÇA FELIZ**



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	04/09	05/09	06/09	07/09	08/09
<b>Lanche 1</b> 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 de Milho com Requeijão	FERIADO	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas  Rosquinha de Polvilho
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
<b>Lanche 2</b> 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	FERIADO	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano
<b>Lanche 3</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	Pão de queijo Suco de Maçã  Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano)  Polenta com Carne Moída Beterraba (Até 9 meses)	Galinhão (pão francês com molho de frango e cenoura)  Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	FERIADO	Bolo de Laranja Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano)  Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)
SEMANA 2	11/09	12/09	13/09	14/09	15/09
<b>Lanche 1</b> 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 de Milho 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
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Strogonoff de Gado Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Galinhada Pepino
<b>Lanche 2</b> 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
<b>Lanche 3</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	Pão de queijo Suco de Uva  Sopa de Legumes com Massa e Frango (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)	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura  Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó  Mingau de Fórmula, Aveia e Banana (Até 9 meses)	Bolo de Cenoura Suco de Uva  Sopa de Legumes com Massa e Frango (Até 9 meses)
SEMANA 3	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09
<b>Lanche 1</b> 08:00	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas

	Biscoito de Polvilho e Batata Doce	Ventilha de Queijo	Pão de Milho com Requeijão	Rosquinha de Polvilho	Grissini Integral
<b>Almoço 10:15h</b>	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
<b>Lanche 2 13:15h</b>	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
<b>Lanche 3 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00 h</b>	Pão de queijo Suco de Maçã  Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano)  Purê de Abóbora com Carne Moída (Até 9 meses)	Galinhão (pão francês com molho de frango e cenoura)  Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Sagu com Suco de Uva Palito Salgado  Mingau de Fórmula, Aveia e Banana (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)
<b>SEMANA 4</b>	<b>25/09</b>	<b>26/09</b>	<b>27/09</b>	<b>28/09</b>	<b>29/09</b>
<b>Lanche 1 08:00</b>	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano  Frutas
<b>Almoço 10:15h</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Strogonoff de Gado Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Galinhada Pepino
<b>Lanche 2 13:15h</b>	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
<b>Lanche 3 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00 h</b>	Pão de queijo Suco de Uva  Sopa de Legumes com Massa e Frango (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)	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura  Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó  Mingau de Fórmula, Aveia e Banana (Até 9 meses)	Bolo de Cenoura Suco de Uva  Sopa de Legumes com Massa 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 – SETEMBRO 2023  
**PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)**



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	04/09	05/09	06/09	07/09	08/09
<b>Lanche 1</b> 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	FERIADO	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Polenta com Carne Moída Beterraba	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne Suína
<b>Lanche 2</b> 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	FERIADO	Leite ou Fórmula
<b>Lanche 3</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	Galinhada Pepino	Pão de Queijo	Bolo de Cenoura Suco de Maçã	FERIADO	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	11/09	12/09	13/09	14/09	15/09
<b>Lanche 1</b> 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
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Pepino	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína	Galinhada Beterraba
<b>Lanche 2</b> 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
<b>Lanche 3</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	Pão de queijo	Crepioca de Beterraba Suco de Maçã	Carreteiro com Carne em Cubos Tomate	Bolo de Laranja Suco de Uva	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3	18/09	19/09	20/09	21/09	22/09
<b>Lanche 1</b> 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
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Carne Moída Beterraba	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora
<b>Lanche 2</b> 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
<b>Lanche 3</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	Pão de queijo	Waffle de Cenoura Suco de Maçã	Galinhada Cenoura	Bolo de Banana Suco de Uva	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura

<b>SEMANA 4</b>	<b>25/09</b>	<b>26/09</b>	<b>27/09</b>	<b>28/09</b>	<b>29/09</b>
<b>Lanche 1 08:00</b>	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
<b>Almoço 10:15h</b>	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Brócolis	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína
<b>Lanche 2 13:00h</b>	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
<b>Lanche 3 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00 h</b>	Pão de queijo	Crepioca de Beterraba Suco de Maçã	Carreteiro com Carne em Cubos Tomate	Bolo Salgado de Legumes Suco de Uva	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.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – SETEMBRO 2023  
**PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 9 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>04/09</b>	<b>05/09</b>	<b>06/09</b>	<b>07/09</b>	<b>08/09</b>
<b>Lanche 08:00h</b>	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta	FERIADO	Fórmula Infantil Papa de Fruta
<b>Almoço 10:15h</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne Suína
<b>Lanche 1 13:00h</b>	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	FERIADO	Fórmula Infantil
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	FERIADO	Papa de Fruta
<b>Jantar 16:00h</b>	Galinhada Pepino	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	FERIADO	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída
<b>SEMANA 2</b>	<b>11/09</b>	<b>12/09</b>	<b>13/09</b>	<b>14/09</b>	<b>15/09</b>
<b>Lanche 08:00h</b>	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
<b>Almoço 10:15h</b>	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Brócolis	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	Galinhada Beterraba
<b>Lanche 1 13:00h</b>	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta
<b>Jantar 16:00h</b>	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	Polenta com Molho de Frango Cenoura
<b>SEMANA 3</b>	<b>18/09</b>	<b>19/09</b>	<b>20/09</b>	<b>21/09</b>	<b>22/09</b>
<b>Lanche 08:00h</b>	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
<b>Almoço 10:15h</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Carne Moída Beterraba	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora
<b>Lanche 1 13:00h</b>	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta
<b>Jantar 16:00h</b>	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída
<b>SEMANA 4</b>	<b>25/09</b>	<b>26/09</b>	<b>27/09</b>	<b>28/09</b>	<b>29/09</b>
<b>Lanche 08:00h</b>	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
<b>Almoço 10:15h</b>	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Brócolis	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína
<b>Lanche 1 13:00h</b>	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil

<b>Lanche 2 14:00h</b>	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta
<b>Jantar 16:00h</b>	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	Polenta com Molho de Frango 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, 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.