



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Chocolate Fruta	Polenta com Molho de Frango Cenoura/Vagem	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Pão Integral com Melado Fruta
Semana 2	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Leite com Café Fruta	*Torta de Bolacha	*Mini Pizza Fruta	FERIADO	RECESSO
Semana 3	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Chocolate Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura/Vagem	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne Suína Fruta	Macarrão com Molho de Frango Beterraba	Sanduíche Natural (pão francês, mortadela de frango, queijo, alface) Fruta
Semana 4	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Sagu com Suco de Uva Fruta	Galinhada Repolho/Tomate	Polenta com Carne Moída Beterraba	Arroz, Feijão, Carne Suína Pepino	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango) Fruta
Semana 5	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Iogurte Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	FERIADO	Bolacha Caseira Fruta

***CARDÁPIO ESPECIAL: MÊS DA CRIANÇA**

- 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 – OUTUBRO 2023
CEI PEQUENO PRÍNCIPE



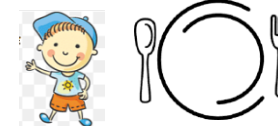
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Chocolate Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Alface/Tomate	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino	*Mini pizza Fruta
Semana 2	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Leite com Café Fruta	*Torta de Bolacha Fruta	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva (*contraturno)	FERIADO	RECESSO
Semana 3	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Chocolate Fruta	Polenta com Carne Moída Pepino	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Peixe Tomate	Rosquinha de Polvilho Suco de Uva Fruta
Semana 4	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Leite com Capuccino Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango Cenoura	Arroz, Feijão, Carne Suína Pepino	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Cachorro Quente com Carne Moída Suco de Uva Fruta
Semana 5	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura/Vagem	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	FERIADO	Bolacha Caseira Fruta

***CARDÁPIO ESPECIAL: MÊS DA CRIANÇA**

- 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 – OUTUBRO 2023



CEI CANTINHO ALEGRE

SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
Lanche 1 08:00h	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Grissini Integral Suco de Uva	Pão de Milho com Melado	Rosquinha de Polvilho Leite com Capuccino	Biscoito de Blueberry Leite com Chocolate
Almoço 10:20h	Polenta com Molho de Frango Beterraba Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Alface/Tomate	Sopa de Cajiquinha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino	*Mini Pizza Fruta
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Sanduíche Natural (pão francês, mortadela de frango, queijo, tomate)	Biscoito Salgado Sagu com Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão	*Mini Pizza Suco de Uva
SEMANA 2	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado Suco de Uva	*Torta de Bolacha	Pão de Milho com Melado Suco de Uva	FERIADO	RECESSO
Almoço 10:20h	Macarrão à Bolonhesa Beterraba Fruta	Sopa de Feijão com Legumes e Frango Fruta	*Pão com Linguíça e Tomate	FERIADO	RECESSO
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	RECESSO
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	*Torta de Bolacha	*Pão com Linguíça e Tomate	FERIADO	RECESSO
SEMANA 3	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10
Lanche 1 08:00h	*Lanche Compartilhado	Biscoito de Blueberry Leite com Chocolate	Rosquinha de Polvilho Leite com Capuccino	Palito Salgado Suco de Uva	Ventilha de Queijo Leite com Capuccino
Almoço 10:20h	Carreteiro com Carne em Cubos Tomate Fruta	Polenta com Carne Moída Pepino Fruta	Arroz, Feijão, Peixe Tomate Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos Fruta
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

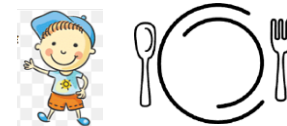
Jantar 16:00h	*Lanche Compartilhado	Pão de Milho com Geleia	Bolacha Caseira	Pão Integral com Requeijão	Sanduíche Natural (pão francês, mortadela de frango, queijo, tomate)
Semana 4	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Suco de Uva	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Pão de Milho com Geleia Suco de Uva	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Biscoito de Blueberry Suco de Uva
Almoço 10:20h	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango Cenoura Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Pepino Fruta	Macarrão à Bolonhesa Beterraba Fruta	Galinhada Tomate Fruta
Lanche 2 14:00h	Futas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	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
Semana 5	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado	Ventilha de Queijo	Pão Integral	FERIADO	Rosquinha de Polvilho
Almoço 10:20h	Polenta com Carne Moída Beterraba Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura/Vagem Fruta	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango Fruta	FERIADO	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate Fruta
Lanche 2 14:00h	Futas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolacha Caseira Suco de Abacaxi	Sagu com Suco de Uva Biscoito Salgado	FERIADO	Galinhão (pão francês com molho de frango)

***CARDÁPIO ESPECIAL: MÊS DA CRIANÇA**

- 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 – OUTUBRO 2023
CEI TRENZINHO ALEGRE



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
Lanche 1 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Grissini Integral Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta
Almoço 10:15h	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Polenta com Carne Moída Brócolis	Galinhada Pepino	Arroz, Strogonoff de Gado Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Requeijão	Bolo de Laranja Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo	Bolacha Caseira Simple Leite com Cacau em Pó	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10
Lanche 1 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Palito Salgado Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	FERIADO	RECESSO
Almoço 10:15h	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Pepino	Carreteiro com Carne em Cubos Brócolis	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	FERIADO	RECESSO
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	*Sacolê de fruta	FERIADO	RECESSO
Jantar 16:00h	*Mini pizza	*Bolacha Caseira	Pão de Queijo	FERIADO	RECESSO
SEMANA 3	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10
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	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Polenta com Carne Moída Brócolis	Galinhada Pepino	Arroz, Strogonoff de Gado Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango

Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	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
Semana 4	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Biscoito de Batata Doce Fruta
Almoço 10:15h	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Tomate	Carreteiro com Carne em Cubos Brócolis	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Arroz, Lentilha, Carne Suína Pepino	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Maionese Caseira	Bolo de Laranja 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)
Semana 5	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
Lanche 1 08:00h	Ventilha de Queijo Fruta	Palito Salgado Fruta	Pão Integral com Requeijão Fruta	FERIADO	Rosquinha de Polvilho Suco de Uva
Almoço 10:15h	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Polenta com Carne Moída Brócolis	Galinhada Pepino	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Requeijão	Bolo de Cenoura Leite com Cacau em Pó	Bolacha Caseira Leite com Cacau em Pó	FERIADO	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura

***CARDÁPIO ESPECIAL: MÊS DA CRIANÇA**

- 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 – OUTUBRO 2023
CEI CRIANÇA FELIZ



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
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 Canjiquinha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Tomate	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Feijão, Peixe 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 Uva Sopa de Lentilha 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 de cachorro quente com molho de frango e cenoura) Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Sagu com Suco de Uva Grissini Integral Purê de Abóbora com Carne Moída (Até 9 meses)	Bolo de Cenoura Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)
SEMANA 2	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10
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	FERIADO	RECESSO
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Stroganoff de Gado Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	FERIADO	RECESSO
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	FERIADO	RECESSO
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	RECESSO
Jantar 16:00 h	*Mini Pizza Suco de Uva Sopa de Lentilha com Legumes e Frango (Até 9 meses)	*Brigadeiro de Banana com Cacau *Bolo de Cenoura Rosquinha de Polvilho	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura *Sorvete de frutas Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)	FERIADO	RECESSO
SEMANA 3	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10
Lanche 1 08:00	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

	Frutas Biscoito de Polvilho e Batata Doce	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Rosquinha de Polvilho	Frutas Grissini Integral
Almoço 10:15h	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
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 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)
SEMANA 4	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
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 Grissini Integral
Almoço 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, Ovo Cozido Tomate	Galinhada Pepino
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 Sopa de Canjiquinha com Legumes 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 5	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
Lanche 1 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	FERIADO	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Tomate	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	FERIADO	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	FERIADO	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo Suco de Uva	Bolacha Caseira Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano)	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura	FERIADO	Bolo de Cenoura Suco de Uva

	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Sopa de Feijão com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moida (Até 9 meses)		Sopa de Legumes com Massa e Frango (Até 9 meses)
--	--	---	---	--	--

***CARDÁPIO ESPECIAL: MÊS DA CRIANÇA**

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 – OUTUBRO 2023
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)



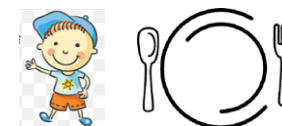
SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula Piquenique de Frutas	Leite ou Fórmula Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão
Almoço 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
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Piquenique de Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo	Pão de Milho com Requeijão Suco de Laranja	Waffle de Beterraba	Bolo de cenoura Suco de Uva	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10
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	FERIADO	RECESSO
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	*Mini Pizza	FERIADO	RECESSO
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	FERIADO	RECESSO
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	*Melancia no Palito (picolé)	FERIADO	RECESSO
Jantar 16:00 h	Pão de queijo	*Mini Pizza	Carreteiro com Carne em Cubos Tomate	FERIADO	RECESSO
SEMANA 3	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10
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 Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Tomate	Polenta com Molho de Frango Beterraba
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Sorvete de Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo	Pão de Integral com Requeijão	Bolo de Banana	Crepioca de Beterraba	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura

SEMANA 4	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
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	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Pepino	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína	Galinhada Beterraba
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	Bolo de Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Tomate	Bolo de Laranja Suco de Uva	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 5	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Grissini Integral	FERIADO	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	FERIADO	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	FERIADO	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas
Jantar 16:00 h	Galinhada Cenoura	Bolo Salgado de Legumes	Pão de Milho com Requeijão	FERIADO	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.
- 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 – OUTUBRO 2023



PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 9 meses)

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	02/10	03/10	04/10	05/10	06/10
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Piquenique de Frutas	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, Ovo Cozido Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Molho de Frango Beterraba	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora
Lanche 1 13:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Piquenique de Frutas	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Jantar 16:00h	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango
SEMANA 2	09/10	10/10	11/10	12/10	13/10
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta	FERIADO	RECESSO
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Brócolis	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	FERIADO	RECESSO
Lanche 1 13:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	FERIADO	RECESSO
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	FERIADO	RECESSO
Jantar 16:00h	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	FERIADO	RECESSO
SEMANA 3	16/10	17/10	18/10	19/10	20/10
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	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Cenoura	Polenta com Molho de Frango Beterraba
Lanche 1 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Sorvete de Frutas	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	Galinhada Brócolis	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída
SEMANA 4	23/10	24/10	25/10	26/10	27/10
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, Carne Suína Brócolis	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína	Galinhada Beterraba
Lanche 1 13:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
Lanche 2	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta

14:00h					
Jantar 16:00h	Purê de Abóbora com Carne Moida	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moida	Polenta com Molho de Frango Cenoura
SEMANA 5	30/10	31/10	01/11	02/11	03/11
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	Fórmula Infantil Papa de Fruta	FERIADO	Fórmula Infantil Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Ovo Cozido Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	FERIADO	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora
Lanche 1 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	FERIADO	Leite ou Fórmula
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	Papa de Fruta	FERIADO	Papa de Fruta
Jantar 16:00h	Galinhada Cenoura	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Polenta com Carne Moida e Cenoura	FERIADO	Purê de Abóbora com Carne Moida

- 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.