



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Leite com Chocolate Fruta	Galinhada Repolho/Tomate	Polenta com Carne Moída Beterraba Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Pepino	Pão Integral com Mel Fruta
Semana 2	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Sagu com Suco de Uva Fruta	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	FERIADO	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Galinhão (pão francês com molho de frango) Fruta
Semana 3	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Leite com Café Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Alface/Tomate	Polenta com Molho de Frango Vagem/Cenoura Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Pepino	Cachorro Quente com Carne Moída Fruta
Semana 4	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Iogurte Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango Brócolis	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos Fruta	Macarrão à Bolonhesa 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 – NOVEMBRO 2023
CEI PEQUENO PRÍNCIPE



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Iogurte Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Alface/Tomate	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Arroz, Feijão, Carne Suína Pepino	Sanduíche Natural (pão francês, mortadela de frango, queijo, tomate) Fruta
Semana 2	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Rúcula/Cenoura	FERIADO	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Sagu com Suco de Uva Biscoito Salgado Fruta
Semana 3	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café Fruta	Arroz, Strogonoff de Gado Beterraba	Macarrão à Bolonhesa Pepino	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura Fruta
Semana 4	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Leite com Capuccino Fruta	Polenta com Carne Moída Alface/Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Galinhada Brócolis	Pão Integral com Melado 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 – NOVEMBRO 2023
CEI CANTINHO ALEGRE



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Suco de Uva	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Rosquinha de Polvilho Iogurte	Biscoito de Blueberry Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Leite com Capuccino
Almoço 10:20h	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Alface/Tomate Fruta	Macarrão à Bolonhesa Beterraba Fruta	Arroz, Feijão, Carne Suína Pepino Fruta	Galinhada Cenoura Fruta
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Bolo de Cenoura	Pão Integral com Geleia Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Capuccino	Pão de Milho com Requeijão Suco de Uva	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado Suco de Uva	Ventilha de Queijo Leite com Capuccino	FERIADO	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Biscoito de Blueberry Leite com Capuccino
Almoço 10:20h	Polenta com Carne Moída Beterraba	Carreteiro com Carne em Cubos Rúcula/Cenoura Fruta	FERIADO	Sopa de Feijão com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 2 14:00h	Futas	Frutas	FERIADO	Futas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Pão de Milho com Melado	FERIADO	Bolacha Caseira Simples Leite com Chocolate	Biscoito Salgado Sagu com Suco de Uva
SEMANA 3	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Suco de Uva	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate	Pão de Milho com Geleia	Rosquinha de Polvilho Leite com Capuccino	Biscoito de Blueberry Leite com Chocolate
Almoço 10:20h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Strogonoff de Gado Beterraba	Macarrão à Bolonhesa Pepino Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta

		Fruta		Fruta	
Lanche 2 14:00h	Futas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Bolo de Laranja	Pão de Integral com Requeijão Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Chocolate	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
Semana 4	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
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	Polenta com Carne Moída Alface/Tomate Fruta	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos Fruta	Galinhada Brócolis Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Pepino 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	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 – NOVEMBRO 2023
CEI TRENZINHO ALEGRE



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Palito Salgado Fruta
Almoço 10:15h	Arroz, Feijão Carioca, 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 2	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	FERIADO	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Galinhada Cenoura	FERIADO	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Requeijão	Bolo de Cenoura Leite com Cacau em Pó	FERIADO	Sagu com Suco de Uva Grissini Integral	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 3	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
Lanche 1 08:00h	Grissini Integral Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta	Palito Salgado Fruta
Almoço 10:15h	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes	Carreteiro com Carne em Cubos Brócolis	Polenta com Carne Moída Beterraba	Arroz, Lentilha, Carne Suína Pepino	Sopa de Legumes com Massa 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 4	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
Lanche 1 08:00h	Palito Salgado Fruta	Ventilha de Queijo Fruta	Grissini Integral Fruta	Pão de Milho com Requeijão Fruta	Rosquinha de Polvilho Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Galinhada Alface/Repolho	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Requeijão	Bolo de Cenoura Leite com Cacau em Pó	Sagu com Suco de Uva Palito Salgado	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	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.
- 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 – NOVEMBRO 2023
CEI CRIANÇA FELIZ



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
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)	Bolo de Cenoura 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)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)
SEMANA 2	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
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	FERIADO	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano Frutas Pão Integral com Requeijão	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	FERIADO	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 2 13:15h	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	Leite ou Fórmula *fórmula para menores de 1 ano
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo Sopa de Lentilha com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Bolo de Laranja Suco de Uva Purê de Abóbora com Carne Moída (Até 9 meses)	FERIADO	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Sopa de Legumes com Massa e Frango (Até 9 meses)
SEMANA 3	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
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 Palito Salgado
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Carreiro com Carne em Cubos Tomate	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Feijão, Carne Suína 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)	Bolo de Cenoura 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)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)
SEMANA 4	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
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	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
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 Sopa de Lentilha com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Bolo de Laranja Suco de Uva Purê de Abóbora com Carne Moída (Até 9 meses)	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango (Até 9 meses)	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva Creme de Mandioca com Cenoura e Carne Moída (Até 9 meses)	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó (ou fórmula para < 1 ano) 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 – NOVEMBRO 2023
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
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, Peixe 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	Waffle de Beterraba Suco de Uva	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 2	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
Lanche 1 08:00	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com requeijão	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	FERIADO	Leite ou Fórmula Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão
Almoço 10:15h	Polenta com Carne Moida Cenoura	Sopa de Feijão com Carne Suína e Legumes	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba
Lanche 2 13:00h	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula	FERIADO	Leite ou Fórmula	Leite ou Fórmula
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	FERIADO	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo	Bolo de Banana	FERIADO	Waffle Salgado Suco de Uva	Cachorro Quente com Carne Moida e Cenoura
SEMANA 3	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
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	*Palito de Frutas* Rosquinha de Polvilho	Leite ou Fórmula Fruta Pão Integral com Requeijão
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Pepino	Polenta com Carne Moida 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	*Palito de Frutas*	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de queijo	Bolo Salgado com Legumes	Carreteiro com Carne em Cubos Tomate	Waffle de Beterraba Suco de Uva	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)

SEMANA 4	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
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	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína	Macarrão à Bolonhesa Pepino	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos 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	Galinhada Cenoura	Waffle Salgado Suco de Uva	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 – NOVEMBRO 2023



PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 9 meses)

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	06/11	07/11	08/11	09/11	10/11
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 Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Cenoura	Polenta com Molho de Frango 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 14:00h	Papa de Fruta	Piquenique de Frutas	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Jantar 16:00h	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango
SEMANA 2	13/11	14/11	15/11	16/11	17/11
Lanche 08:00h	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta com Aveia	FERIADO	Fórmula Infantil Papa de Fruta	Fórmula Infantil Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Feijão com Carne Suína e Legumes	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba
Lanche 1 13:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	FERIADO	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil
Lanche 2 14:00h	Papa de Fruta	Papa de Fruta	FERIADO	Papa de Fruta	Papa de Fruta
Jantar 16:00h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	FERIADO	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango
SEMANA 3	20/11	21/11	22/11	23/11	24/11
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 Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Cenoura	Polenta com Molho de Frango 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 14:00h	Papa de Fruta	Piquenique de Frutas	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Jantar 16:00h	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango
SEMANA 4	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12
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	Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína	Polenta com Carne Moída Brócolis	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba
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	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne Moída	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Abóbora	Sopa de Legumes com Massa e Frango
--------------------------	------------------------------------	--	---	----------------------	---------------------------------------

- 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.