

ANG!!



Memória Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



ANG!!

Booom!!

**CARDÁPIO
DE
AGOSTO**

2023

WOW!

JAQUELINE DE OLIVEIRA
NUTRICIONISTA

7434



WHAM!

Booom!!

CRASH!

WOW!



CARDÁPIO CMEI / 06 a 12 MESES 01 A 04 DE AGOSTO DE 2023

HORA	SEGUNDA	TERÇA (01)	QUARTA (02)	QUINTA (03)	SEXTA (04)
8:00		Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Manteiga	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Pão com Requeijão Caseiro
9:30		Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira Leite Materno ou Leite (Fórmula)	Mamadeira Leite Materno ou Leite (Fórmula)	Mamadeira Leite Materno ou Leite (Fórmula)
11:00		Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Desfiado Canjiquinha Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Sugo Desfiado Legumes Salteados Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão à Bolonhesa Legumes/ Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Desfiada Farofa Colorida Legumes / Salada
14:00		Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
16:00		Sopa de Macarrão com Frango Desfiado e Legumes	Canjiquinha com Carne Suína Desfiada e Legumes	Canja de Galinha com Legumes	Sopa de Legumes com Carne Moída

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x.

O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.



Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lípídeos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
06 a 12 meses	530,94	65,74, g	25,86 g	15,64 g	337,66 mcg	37,45 mg	214,99 mg	5,31 mg

Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434





CARDÁPIO CMEI / 06 a 12 MESES 07 A 11 DE AGOSTO DE 2023

HORA	SEGUNDA (07)	TERÇA (08)	QUARTA (09)	QUINTA (10)	SEXTA (11)
8:00	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Manteiga	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Pão com Requeijão Caseiro	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha
9:30	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))
11:00	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Tiras Bovinas Aceboladas Desfiadas Polenta Cremosa Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Molho Desfiada Farofa Colorida Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Carne em Cubos Grelhada Desfiada Canjiquinha Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de Batata com Frango Desfiado Legumes/ Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
16:00	Canja de Galinha com Legumes	Sopa de Fubá com Ovo Mexido e Legumes	Sopa de Feijão com Carne Desfiada	Risoto de Frango Desfiada com Legumes	Sopa de Macarrão com Carne Desfiada e Legumes

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes na decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lípídeos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
06 a 12 meses	488,31	71,32 g	21,06 g	17,06g	294,14 mcg	39,46 mg	218,79 mg	5,22 mg





CARDÁPIO CMEI / 06 A 12 MESES 14 A 18 DE AGOSTO DE 2023

HORA	SEGUNDA (14)	TERÇA (15)	QUARTA (16)	QUINTA (17)	SEXTA (18)
8:00	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce* Pão com Manteiga	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha
9:30	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))
11:00	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Omelete Farofa Colorida Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Desfiado Polenta Cremosa Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Tiras Bovinas Aceboladas Desfiadas Legumes Salteados Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco de Panela Desfiado Canjiquinha Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Desfiada Macarrão Alho e Óleo Legumes / Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
16:00	Risoto de Frango Desfiado com Legumes	Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes	Canja de Galinha com Legumes	Sopa de Macarrão com Carne Desfiada e Legumes	Sopa de Fubá com Carne Desfiada e Legumes

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lípidos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
06 a 12 meses	529,68	76,21 g	24,57 g	16,27 g	260,62 mcg	38,76 mg	218,37 mg	5,47 mg





CARDÁPIO CMEI / 06 a 12 MESES 21 A 25 DE AGOSTO DE 2023

HORA	SEGUNDA (21)	TERÇA (22)	QUARTA (23)	QUINTA (24)	SEXTA (25)
8:00	Chá de Erva Doce * Pão com Manteiga	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila * Pão com Requeijão Caseiro	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Erva Doce * Pão com Manteiga
9:30	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))
11:00	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Alho e Óleo Legumes/Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Desfiado Legumes Salteados Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Desfiado Farofa Colorida Legumes/Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Carne em Cubos Grelhada Desfiada Polenta Cremosa Legumes / Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Desfiado Batatas Salteadas Legumes/ Salada
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas
16:00	Sopa de Fubá com Frango Desfiado e Legumes	Sopa de Macarrão com Carne Desfiada e Legumes	Canja de Galinha com Legumes	Sopa de Feijão com Lombo de Porco Desfiado e Legumes	Risoto de Carne Desfiada com Legumes

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta de mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x.

O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha

** De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas: Açúcar.*



Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lípidos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
06 a 12 meses	497,90	72,32 g	22,20 g	14,69 g	245,10 mcg	38,92 mg	197,24 mg	4,96 mg





CARDÁPIO CMEI / 06 a 12 MESES 28 A 31 DE AGOSTO DE 2023

HORA	SEGUNDA (28)	TERÇA (29)	QUARTA (30)	QUINTA (31)	SEXTA
8:00	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Requeijão Caseiro	Leite Materno ou Leite (Fórmula) com Cacau* Bolacha	Chá de Camomila* Pão com Manteiga	
9:30	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	Mamadeira (Leite Materno ou Leite (Fórmula))	
11:00	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Farofa Colorida Legumes/Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Carne Moída Refogada Polenta Cremosa Legumes/ Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada e Desfiada Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Acebolado e Desfiado Legumes Salteados Salada	
14:00	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	Papinha de Frutas	
16:00	Risoto de Frango Desfiado com Legumes	Sopa de Fubá com Carne Desfiada e Legumes	Sopa de Feijão com Carne Moída e Legumes	Canja de Galinha com Legumes	

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha.

* De acordo com essa nova resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas Açúcar.

Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)								
Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Vit A	Vit C	Cálcio	Ferro
06 a 12 meses	512,52	78,34 g	21,86 g	14,03 g	269,21 mcg	40,15 mg	168,21 mg	4,96 mg

