

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

Emeb Alice - Emeb Carmela - Emeb Dr Ruy - Emeb Educandário - Emeb Ossin - Emeb Helenice - Emeb Nastaro
Paulo - Emeb Sarah - Emeb Zélia

EDUCAÇÃO INFANTIL = PRÉ ESCOLAS = PERÍODO INTEGRAL

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025
LANCHE - MANHÃ	FÉRIAS	FÉRIAS	PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO	Leite com achocolatado. Bolacha maisena	Chá mate. Pão de leite com queijo
ALMOÇO				Arroz, feijão preto com carne suína e calabresa. Salada de couve com tomate. Laranja	Macarrão parafuso com carne moída ao molho de tomate. Salada de alface. Banana.
LANCHE- TARDE				Suco de Abacaxi. Bolo de fubá	Suco de laranja. Pão com presunto

Média nutricional semanal

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
4 - 5 anos	985	160	30	25	15	290	60	570	8	91	3

Observação: de acordo com a RESOLUÇÃO Nº 06, DE 08 DE MAIO DE 2020, § 6º, os cardápios devem, obrigatoriamente, limitar a oferta de:

- Biscoito, bolacha, pão ou bolo a, no máximo **sete vezes por semana** quando ofertada três refeições ou mais, em período integral;
- Preparações regionais doces a, no máximo, **uma vez por semana** em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral;
- Líquidos lácteos com aditivos ou adoçados a, no máximo, **duas vezes por mês** em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral;
- Produtos cárneos (calabresa, presunto, salsicha, por exemplo) a, no máximo, **duas vezes por mês**;
- Alimentos em conserva a, no máximo, **uma vez por mês**

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

Emeb Alice - Emeb Carmela - Emeb Dr Ruy - Emeb Educandário - Emeb Ossin - Emeb Helenice - Emeb Nastaro
Paulo - Emeb Sarah - Emeb Zélia

EDUCAÇÃO INFANTIL = PRÉ ESCOLAS = PERÍODO INTEGRAL

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025
LANCHE - MANHÃ	Leite com achocolatado. Biscoito água e sal com requeijão	Chá mate. Pão de leite com manteiga	Suco de laranja. Bolo	Leite com achocolatado. Pão de leite com requeijão	Chá mate. Bolacha maisena
ALMOÇO	Arroz, polenta com frango desfiado e queijo. Salada de acelga com cenoura ralada. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com abobrinha ralada. Salada de repolho com tomate. Melancia	Arroz, Strogonoff de frango. Batata sauté. Salada de alface. Laranja	Arroz, feijão, carne de panela com batata e vagem. Salada de beterraba. Banana	Macarrão argolinha com carne moída ao molho natural de tomate. Salada de alface. Laranja
LANCHE- TARDE	Suco de Melão e pão de leite com manteiga	Suco de laranja com cenoura. Pão de queijo	Leite com achocolatado. Pipoca	Suco de laranja. Pão francês com carne moída	Suco de abacaxi. Torta de frango

Média nutricional semanal												
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)				
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn	
4 - 5 anos	985	160	30	25	15	290	60	570	8	91	3	

Observação: de acordo com a RESOLUÇÃO Nº 06, DE 08 DE MAIO DE 2020, § 6º, os cardápios devem, obrigatoriamente, limitar a oferta de:

- Biscoito, bolacha, pão ou bolo a, no máximo **sete vezes por semana** quando ofertada três refeições ou mais, em período integral;
- Preparações regionais doces a, no máximo, **uma vez por semana** em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral;
- Líquidos lácteos com aditivos ou adoçados a, no máximo, **duas vezes por mês** em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral;
- Produtos cárneos (calabresa, presunto, salsicha, por exemplo) a, no máximo, **duas vezes por mês**;
- Alimentos em conserva a, no máximo, **uma vez por mês**

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

Emeb Alice - Emeb Carmela - Emeb Dr Ruy - Emeb Educandário - Emeb Ossin - Emeb Helenice - Emeb Nastaro
Paulo - Emeb Sarah - Emeb Zélia

EDUCAÇÃO INFANTIL = PRÉ ESCOLAS = PERÍODO INTEGRAL

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 17/02/2025	TERÇA-FEIRA 18/02/2025	QUARTA-FEIRA 19/02/2025	QUINTA-FEIRA 20/02/2025	SEXTA-FEIRA 21/02/2025
LANCHE - MANHÃ	Chá mate. Biscoito água e sal	Suco de laranja. Pão de leite com manteiga	Leite com achocolatado. Pão de leite com queijo	Vitamina de maçã e pão de leite com requeijão	Chá mate. Bolo
ALMOÇO	Macarrão parafuso com frango desfiado, milho verde, ervilha e cheiro verde ao molho branco. Salada de acelga com tomate. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com mandioquinha e cheiro verde. Salada de tomate com pepino. Melancia	Arroz, feijão, frango (sobrecoxa desossada) com tomate e cheiro verde. Salada de repolho. Banana	Arroz, Polenta com carne moída ao molho de tomate. Salada de alface. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína desfiada com cenoura ralada. Salada de tomate. Laranja
LANCHE- TARDE	Suco de melancia. Pão de queijo	Suco de abacaxi. Bolo de chocolate	Salada de frutas com iogurte de morango	Suco de melão. Pão francês com patê de frango (com requeijão) e cenoura	Leite com achocolatado. Pipoca

Média nutricional semanal												
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)				
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn	
4 - 5 anos	985	160	30	25	15	290	60	570	8	91	3	

Observação: de acordo com a RESOLUÇÃO Nº 06, DE 08 DE MAIO DE 2020, § 6º, os cardápios devem, obrigatoriamente, limitar a oferta de:

- Biscoito, bolacha, pão ou bolo a, no máximo **sete vezes por semana** quando ofertada três refeições ou mais, em período integral;
- Preparações regionais doces a, no máximo, **uma vez por semana** em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral;
- Líquidos lácteos com aditivos ou adoçados a, no máximo, **duas vezes por mês** em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral;
- Produtos cárneos (calabresa, presunto, salsicha, por exemplo) a, no máximo, **duas vezes por mês**;
- Alimentos em conserva a, no máximo, **uma vez por mês**

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947
CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025**

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

**Emeb Alice - Emeb Carmela - Emeb Dr Ruy - Emeb Educandário - Emeb Ossin - Emeb Helenice - Emeb Nastaro
Paulo - Emeb Sarah - Emeb Zélia**

EDUCAÇÃO INFANTIL = PRÉ ESCOLAS = PERÍODO INTEGRAL

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025
LANCHE - MANHÃ	Chá mate. Biscoito água e sal com requeijão	Leite com achocolatado. Pão com manteiga	Suco de laranja. Pão com queijo	Chá mate. Biscoito maisena	Vitamina de maçã. Pão com manteiga
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovo mexido com cenoura ralada e queijo. Salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão, carne de panela com batata. Salada de acelga com tomate. Melancia	Macarrão à bolonhesa. Salada de Alface. Banana	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Salada de batata com vagem. Laranja	Arroz, lasanha de frango. Salada de alface. Maçã
LANCHE- TARDE	Suco de melão e pão francês com requeijão	Suco de melancia. Pão de queijo	Salada de frutas	Suco de maracujá. Torta de carne moída	Suco de laranja. Bolo de abacaxi com recheio de chocolate branco (composto lácteo) . (Aniversário)

Escola	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde
Lázaro	7h50	11h	14h35
Alice	8h20	11h	14h20
Carmela	7h50	10h40	14h10
Sarah	8h40	11h	14h
Nastaro	8h40	11h20	15h
Educandário	8h	10h45	15h15
Helenice	8h30	11h	14h30
Ossin	8h30/9h	11h10/11h40	13h55/14h25
Zélia	8h20	10h40	14h20
Dr. Ruy	8h20/8h40	11h10/11h30	14h40/15h10
Paulo	8h10/8h40/9h10	10h40/11h10/11h20/11h50	13h40/14h05/14h30