



Prefeitura de Carapicuíba

Secretaria de Educação



CARDÁPIO 3 - MATERNAL PARCIAL DEZEMBRO / 2017

Data	04/12/17 Segunda-feira	05/12/17 Terça-feira	06/12/17 Quarta-feira	07/12/17 Quinta-feira	08/12/17 Sexta-feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/achocolatado Biscoito salgado	Leite c/ flocos de milho	Vitamina de Goiaba Biscoito doce	Leite c/ achocolatado Bisnaguinha c/ margarina	Leite c/ achocolatado Biscoito Rosquinha
de Almoço	Omelete c/vagem, arroz e feijão, salada de tomate e fruta	Macarrão c/Carne Cubos e berinjela ao molho, salada de pepino e fruta	Peixe c/tomate, arroz c/cenoura, feijão, salada de acelga e fruta	Frango c/mandioquinha, arroz e feijão, salada de couve e fruta	Carne Moída c/batata, arroz e feijão, salada de beterraba e fruta
Energia (Kcal/dia)	440,15 Kcal	417,58 Kcal	333,14 Kcal	389,40 Kcal	389,15 Kcal
Data	11/12/17	12/12/17	13/12/17	14/12/17	15/12/17
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ achocolatado Biscoito Doce	Leite c/ achocolatado Biscoito salgado	Vitamina de Maracujá Pão c/ margarina	Leite c/ flocos de milho	Leite c/ achocolatado Bolo Simples
Almoço	Frango c/tomate, arroz e feijão, abobrinha refogada e fruta	Carne em Iscas, arroz e feijão, farofa de legumes, salada de repolho e fruta	Peixe c/pimentão e tomate, arroz e feijão, salada de cenoura e fruta	Macarrão c/Carne moída e Couve Flor ao molho, salada de alface e fruta	Frango Assado, Purê de Batata, arroz, feijão, salada de tomate e fruta
Energia (Kcal/dia)	378,55 Kcal	440 Kcal	316,40 Kcal	344,03 Kcal	315,90 Kcal
Data	18/12/17	19/12/17	20/12/17	21/12/17	22/12/17
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ achocolatado Biscoito Doce	Leite c/ flocos de milho	Vitamina de Banana Biscoito salgado	RECESSO ESCOLAR	
Almoço	Ovo Cozido c/batata e cenoura, arroz e feijão, salada de tomate e fruta	Macarrão ao Molho c/Frango desfiado, salada de beterraba e fruta	Carne em cubos c/abóbora, arroz e feijão e salada de acelga e fruta		
Energia (Kcal/dia)	386,65 Kcal	379,87 Kcal	304,67 Kcal		



Prefeitura de Carapicuíba

Secretaria de Educação



CARDÁPIO 3 - MATERNAL PARCIAL

DEZEMBRO / 2017

Orientações:

- 1. O EXTRATO DE TOMATE deve ser utilizado nas preparações descritas: "ao molho".**
- 2. Em preparações com carne, frango e peixe utilizar legumes para dar cor e sabor;**
- 3. Não utilizar sal, óleo e açúcar em excesso;**
- 4. Os itens de Hortifrutis poderão sofrer alterações conforme sazonalidade;**
- 5. Informar ao DEPAE se qualidade e quantidade de alimentos é suficiente e se estão de acordo com a requisição;**
- 6. Faça a quantidade certa de alimentos, evitando assim o desperdício;**
- 5. Transferir a fruta da colação como sobremesa no almoço caso haja necessidade de adequação;**
- 6. Crianças do Berçário II substituir flocos de milho por biscoito ou pão conforme aceitação dos alunos;**
- 7. A fruta de sobremesa pode ser utilizada para elaboração de suco, mas salientamos que a melhor opção nutricional é servir a fruta para degustação;**
- 8. No desjejum o achocolatado pode ser substituído por vitamina de frutas;**
- 9. *O cálculo do valor nutricional do cardápio foi realizado com base nas porções recomendadas para as crianças de período parcial, e de acordo com cada faixa etária, atendendo as exigências conforme o Programa Nacional da Alimentação Escolar (Resolução N°26, de 17 de Junho de 2013).**