



PREFEITURA MUNICIPAL DE MAFRA - SC
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Av.: Cel. José Severiano Maia, 441 CEP 89.300-000
TELEFONE / FAX – 47 642-4367, 642-7238, 642-7239
E-MAIL seceducacao@mafra.sc.gov.br

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO MENSAL – ALMOÇO

CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE MAFRA/2018

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
1ª Se- ma- na.	- Arroz e feijão; - Ovo cozido; - Macarrão c/ legumes; - Sal. Tomate; - Sob.: banana.	- Arroz e feijão; - Frango ao molho; - Nhoque de Abobrinha ou de Batata doce; - Sal. Repolho; - Fruta .	- Arroz e feijão; - Carne de panela ao molho; - Polenta; - Sal. Chuchu; - Sob.: Maçã.	- Arroz e feijão; - Almôndegas; - Batata sauté; - Sal. Beterraba; - Sob.: Gelatina	- “Feijãozinho de criança”/arroz; - Carne suína; - Quirera; - Sal. Cenoura; - Sob.: Laranja.
2ª Se- ma- na.	- Arroz e lentilha; - Carne Suína; - Repolho refogado; - Sal. Beterraba; - Sob.: Mamão	- Arroz integral e feijão; - Frango molho; - Aipim cozido; - Sal. Tabule simples ; - Sob. Gelatina	- Arroz e feijão; - Quibe assado; - Nhoque de abóbora; - Sal. Couve-flor; - Sob.:Melancia.	- Arroz e feijão; - Picadinho bov.; - Farofa de lentilha; - Sal. Acelga; - Fruta, ou suco maracujá	- Arroz e feijão; - Posta de peixe assada; - Purê; - Sal. Escarola c/ cenoura; - Sob.: Morango
3ª Se- ma- na.	- Arroz e feijão; - Omelete com espinafre - Macarrão; - Sal. Cenoura; - Sob. Banana.	- Arroz e feijão; - Moída ao molho - Farofa de couve.; - Sal. Alfaca; - Fruta .	- Arroz e feijão; - Cubos suínos; - Quirera; - Sal. Beterraba; - Sob.: Melancia	- Arroz e lentilha; - Picadinho bov. ao molho; - Bolinho de arroz assado; - Sal. Repolho; - Sob.: Gelatina	- Canja de Legumes ou Sopa Nutritiva de Feijão - Sob. Maçã.
4ª Se- ma- na.	- Arroz e feijão; - Carne de panela ao molho; - Purê de batata salsa; - Sal. Tomate; - Sob.: Laranja.	- Arroz e feijão; - Carne moída; - Batata ao bacon; - Sal. Agrião c/ beterraba; - Sob.: Gelatina	- Feijão; - Arroz Integral Nutritivo - Sal. Chuchu; - Sob.: Mamão	- Arroz e lentilha; - Carne suína; - Farofa de legumes; - Sal. Cenoura; - Suco uva.	- Arroz e feijão; - Bife de fígado; - Polenta; - Sal. Acelga; - Sob.: Morango.

- *O cardápio poderá ter os dias trocados entre si, de acordo com a oferta de ingredientes, mas nunca mudar as preparações.*

CARDÁPIO MENSAL – CAFÉ DA MANHÃ

CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE MAFRA/2018

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
1ª Se- mana.	- Achocolatado; - Pão c/margarina ou maionese	- Chá; - Bolo de maçã c/ aveia	- Café c/ leite; - Bisc. doce;	- Chá; - Pão c/ doce.	- Achocolatado; - Bisc. Salg..
2ª Se- mana.	- Chá c/ leite; - Bisc. doce.	- Chá; - Bolo de Maracujá ou de casca de banana	- Achocolatado; - Bisc. Salg.	- Chá; - Pão c/ margarina ou maionese.	- Café c/ leite; - Pão c/ mel.
3ª Se- mana.	- Achocolatado; - Pão c/margarina ou maionese	- Chá; - Cuque de Abacaxi	- Café c/ leite; - Bisc. doce;	- Chá; - Pão c/ doce.	- Achocolatado; - Bisc. Salg.
4ª Se- mana.	- Café c/ leite; - Bisc. doce.	- Chá; - Bolo de banana c/ aveia	- Achocolatado; - Bisc. Salg.	- Chá; - Pão c/ margarina ou maionese	- Chá c/ leite; - Pão c/ mel.

CARDÁPIO MENSAL – LANCHE- Cardápio III
CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE MAFRA/2018

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
1ª Se- mana.	- Bolacha doce - Leite c/ achocolatado - Banana	- Bolinho de arroz assado (arroz integral + alface, ou outros legumes) - Maçã	- Pão c/ margarina e/ou maionese - Chá - Abacaxi	- Iogurte - Gelatina colorida - Mamão	- Vaca atolada (aipim, batata e batata salsa) - Arroz branco - Sal. chuchu
2ª Se- mana.	- Macarrão c/ molho de carne moída. - Sal de beterraba	- Biscoito de Polvilho - Café c/ leite - Laranja	- Risoto de frango - Sal. Brócolis, ou couve-flor	- Pão integral c/ margarina e/ou maionese - Chá - Maçã	- Bolo de abobrinha - Banana
3ª Se- mana.	- Bolacha doce - Leite c/ achocolatado - Maçã	- Pão de queijo - Bisc. polvilho (p/ complementar) - Suco Uva	- Paeja vegetariana (c/ arroz integral) - Posta de cação assada - Sal cenoura e abobrinha ralada	- Pão c/ doce - Chá - Laranja	- Polenta c/ molho de frango - Sal. repolho c/ tomate
4ª Se- mana.	- Quirera c/ carne suína - Sal couve	- Bolo de beterraba c/ cobertura chocolate - Chá c/ leite - Maçã	- Arroz c/ feijão - Repolho refogado - Laranja	- Bolacha salgada - Salada de frutas (banana, maçã)	- Pão c/ doce e/ou mel - Chá - Banana

- Este cardápio pode ser alterado *unicamente* de acordo com os dias de recebimento de gêneros de cada unidade.
- Esse cardápio entra em vigor a partir do mês de setembro, e vale até dezembro.
- Está *autorizado que uma preparação salgada durante o mês seja alterada*. Ou seja, a merendeira poderá estar usando sua criatividade para fazer uma nova preparação. Porém solicitamos que todos os cuidados sejam tomados no momento do planejamento da nova preparação para que não haja sobras de produtos nas prateleiras da escola.
- Enfatizamos que o *recebimento de gêneros da alimentação escolar é de responsabilidade da escola*, portanto é de fundamental importância que se confira no momento da entrega: quantidade, qualidade, data de validade, entre outros, conforme sempre ensinado através das capacitações de merendeiras.

Giovana Andréa Zanini Kundlatsch
Nutricionista
CRN 10 - 0452

CARDÁPIO PARA BERCÁRIO I (a partir de 6 meses)
CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL/2018

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjeju m 8:00 h	-Leite com cereal (papinha)	-Leite com cereal (papinha)	-Leite com cereal (papinha)	-Leite com cereal (papinha)	-Leite com cereal (papinha)
Almoço 10:15 h	- Carne picadinha -Polenta cremosa -Couve refogada	- Feijão -Macarrão com legumes (tomate, cebola, espinafre)	- Lentilha -Purê de batata (ou batata doce ou batata salsa) -Fígado.	-Feijão - Papa de Arroz com abobrinha -Carne moída	-Feijão -Purê de Cenoura com batata -Frango
Lanche 13:15 h	- Fruta	- Gelatina ou sagu;	- Fruta	- Creme de milho, ou de abóbora (doce)	- Fruta
Jantar 15:15 h	-Purê de batata -Frango -Beterraba	- Papa de arroz, abobrinha e ovo(somente a gema até os 10 meses)	-- Purê de Abobora com batata - Peixe assado	- Papa de arroz -Feijão -Carne picadinha	-Feijão -Papa de Arroz -Beterraba -Carne moída

* As hortaliças a serem oferecidas na preparação salgada podem ser alteradas por outras da época, desde que fique bem colorido e bem variado (vagem, chuchu, batata salsa, aipim, espinafre, etc), lembrando sempre que o sal, açúcar e óleos devem ser utilizados na mínima quantidade, dando prioridade para temperos naturais como: salsa, cebolinha e cebola.