

# PREFEITURA MUNICIPAL DE MAFRA - SC

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Av.: Cel. José Severiano Maia, 441 CEP 89.300-330

***TELEFONE / FAX – 47 3642-0958, 3645-0735***

***E-MAIL seceducacao@mafra.sc.gov.br***

**DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**CARDÁPIO I**

**CARDÁPIO MENSAL – CAFÉ DA MANHÃ (7:30h às 8:15h)**

# CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE MAFRA/2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 1ª Se-mana. | * Leite
* Biscoito de polvilho
 | * Chá c/ leite
* Pão de abóbora c/ Manteiga
 | * Leite
* Bolo nutritivo
 | * Chá
* Pão aveia c/ creme de leite
 | * Chá
* Cookies de banana (feito na escola)
 |
| 2ª Se-mana. | * Leite
* Pão de Queijo
 | * Chá
* Pão de linhaça c/ pasta grão de bico
 | * Leite
* Bolo de lentilha
 | * Chá
* Pão de ora-pro-nóbis c/ margarina
 | * Chá c/ leite
* Bolo de mamão
 |
| 3ª Se-mana. | * Mingau de maçã com aveia
* Chá de maçã
 | * Chá c/ leite
* Pão de abóbora c/ Manteiga
 | * Leite
* Bolo nutritivo
 | * Chá
* Pão aveia c/ creme de leite
 | * Chá
* Cookies de banana (feito na escola)
 |
| 4ª Se-mana. | * Leite
* Pão de Queijo
 | * Chá
* Pão de linhaça c/ pasta grão de bico
 | * Leite
* Bolo de lentilha
 | * Chá
* Pão de ora-pro-nóbis c/ margarina
 | * Chá c/ leite
* Bolo de mamão
 |

**CARDÁPIO MENSAL – ALMOÇO (10:45h às 11:30h)**

# CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE MAFRA/2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 1ª Se-ma- na. | * Arroz e feijão;
* Ovo cozido;
* Macarrão c/ legumes;
* Sal. Tomate;
 | * Arroz e feijão;
* Frango ao molho;
* Nhoque de Abobrinha ou de Batata doce;

- Sal. Repolho; | * Arroz e feijão;
* Carne de panela ao molho;
* Polenta;
* Sal. Chuchu;
 | * Arroz e feijão;
* Almôndegas;
* Batata sautê;
* Sal. Beterraba;
 | * Arroz;
* Nuggets de grão de bico;
* Repolho refogado;
* Sal. Cenoura;
 |
| 2ª Se-ma- na. | * Arroz e lentilha;
* Carne Suína;
* Quirera;
* Sal. Beterraba;
 | * Arroz integral e feijão;
* Frango molho;
* Aipim cozido;

- Sal. Tabule (pepino, alface e tomate picado c/ trigo quibe) | * Arroz e feijão;
* Quibe assado;
* Nhoque de abóbora;
* Sal. Couve-flor;
 | * Arroz e feijão;
* Picadinha bov.;
* Farofa de lentilha;
* Sal. Acelga;
 | - Arroz e feijão;- Posta de peixe assada;- Purê;- Sal. Escarola c/ cenoura; |
| 3ª Se-ma- na. | * Arroz e feijão;
* Omelete com espinafre
* Macarrão;
* Sal. Cenoura;
 | * Arroz e feijão;
* Moída ao molho
* Farofa de couve.;

- Sal. Alface; | * Arroz e feijão;
* Cubos suínos;
* Quirera;
* Sal. Beterraba;
 | * Arroz e lentilha;
* Picadinha bov. ao molho;
* Bolinho de arroz assado;

Sal. Repolho; | * Canja de Legumes ou Sopa Nutritiva de Feijão
 |
| 4ª Se-ma- na. | * Arroz e feijão;
* Carne de panela ao molho;

- Purê de batata salsa;- Sal. Tomate; | * Arroz e feijão;
* Carne moída;
* Batata sautê;

- Sal. Agrião c/ beterraba; | * Feijão;
* Arroz Integral Nutritivo
* Sal. Chuchu;
 | * Arroz e lentilha;
* Carne suína;
* Farofa de legumes;
* Sal. Cenoura;
 | * Arroz e feijão;
* Bife de fígado;
* Polenta;
* Sal. Acelga;
 |

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

**CARDÁPIO MENSAL – LANCHE I (13h às 13:30h)**

# CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE MAFRA/2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2ª feira | 3ª feira | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira |
| 1ª Se-mana. | * Banana
 | * Maçã
 | * Laranja
 | * Chá de maçã
* Mingau de maçã c/ aveia
 | * Tangerina
 |
| 2ª Se-mana. | * Mamão
 | * Abacaxi
 | * Morango
 | * Banana
 | * Maçã
 |
| 3ª Se-mana. | * Banana
 | * Maçã
 | * Laranja
 | * Chá de maçã
* Mingau de maçã c/ aveia
 | * Tangerina
 |
| 4ª Se-mana. | * Mamão
 | * Abacaxi
 | * Morango
 | * Banana
 | * Maçã
 |

**CARDÁPIO MENSAL – LANCHE II (à partir das 15h)**

# CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE MAFRA/2024

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| 1ª Se-mana. | - Omelete de forno c/ cenoura e ora-pro-nóbis- Arroz c/ lentilha* Milho cozido /Fruta
 | - Filé de tilápia c/ batatas e molho branco- Arroz- Sal. escarola - Fruta | - Carne de panela- Arroz c/ feijão- Sal. Beterraba- Fruta | - Polenta c/ molho de carne moída-Feijão- Sal couve-flor, ou brócolis/ fruta | - Salada de frutas (banana, mamão, maçã e morango)- Pipoca (milho pipoca estourado) |
| 2ª Se-mana. | - Sopa de Legumes c/ Abóbora e Carne- Maçã | - Arroz integral nutritivo- Feijão - Sal. Beterraba- Fruta | - Bolo de morango - Chá c/ Leite- Pera | - Arroz c/ legumes- Cubos suíno acebolados- Lentilha-Caqui | * Macarrão c/ carne moída
* Sal grão de bico c/ tomate
* Fruta
 |
| 3ª Se-mana. | - Iogurte - Biscoitos (rosquinha polvilho e bisc doce)- Maçã | - Arroz carreteiro (arroz + carne bov. picada)- Feijão- Sal pepino- Fruta | * Arroz
* Frango com legumes
* Lentilha
* Banana
 | - Lasanha de beringela c/ carne moída-arroz / Feijão- Melancia | - Quirera -carne suína- Lentilha- Sal couve-Fruta |
| 4ª Se-mana. | * Aipim cozido
* arroz
* Feijão
* Carne suína c/ legumes
* Caqui
 | - Polenta c/ frango- Lentilha- Mamão | - Arroz c/ feijão- Farofa de repolho c/ ovos- Laranja | * Bolo de Cenoura
* Fruta
 | * Risoto de frango (arroz integral)
* Feijão

- Pera |

* 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 fevereiro, e ficará válido até o mês de abril***.
* 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 devem cuidar no momento do planejamento da nova preparação para que não haja sobras de produtos nas prateleiras da escola, ou falta de outro produto que já é de outro cardápio.
* 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**