

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira	Terça-Feira 01/07/2025	Quarta-Feira 02/07/2025	Quinta-Feira 03/07/2025	Sexta-Feira 04/07/2025
07:15	CAFÉ DA MANHÃ		➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA
9:00	COLAÇÃO		➤ Melancia picada	➤ Abacaxi picado	➤ Purê de maçã	➤ Manga picada
10:00	ALMOÇO		➤ Sopa: frango, cenoura, abobrinha e macarrão. ➤ Manga	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Omelete com espinafre ➤ Laranja em gomos	➤ Sopa de Fubá com carne moída e cenoura. ➤ Mamão	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango ensopado ➤ Polenta ➤ Melão picadinho
13:00	CAFÉ DA TARDE		➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta
15:00	JANTAR		➤ Sopa: Creme de abóbora com frango desfiado	➤ Sopa Carne com legumes e arroz	➤ Sopa Canja: Frango, legumes e arroz. Carne com legumes e arroz	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	502,53	17g	14%	15g	26%	310,1g	62%		502,53	17g	14%

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 07/07/2025	Terça-Feira 08/07/2025	Quarta-Feira 09/07/2025	Quinta-Feira 10/07/2025	Sexta-Feira 11/07/2025
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA		➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA
9:00	COLAÇÃO	➤ Gomos de laranja	➤ Banana amassada		➤ Mamão amassado	➤ Purê de manga
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Lombo de panela com cenoura e batata ➤ Mamão	➤ Sopa Canja Batata, cenoura, frango e arroz ➤ Manga	FERIADO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Carne desfiada ➤ Purê de Batatas ➤ Melancia	➤ Sopa: mandioquinha, cenoura, frango, arroz. ➤ Banana
13:00	CAFÉ DA TARDE	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta		➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Carne, legumes e arroz.	➤ Sopa feijão branco c/ cenoura, mandioquinha e carne desfiada		➤ Sopa: Frango, macarrão, legumes.	➤ Sopa: Carne, legumes e macarrão.

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	502,53	17g	14%	15g	26%	310,1g	62%		502,53	17g	14%

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 14/07/2025	Terça-Feira 15/07/2025	Quarta-Feira 16/07/2025	Quinta-Feira 17/07/2025	Sexta-Feira 18/07/2025			
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA			
9:00	COLAÇÃO	➤ Pêra	➤ Laranja em gomos	➤ Mamão	➤ Maçã	➤ Manga			
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango refogado com cenoura ➤ Melão	➤ Sopa: carne, batata, abóbora, arroz. ➤ Abacaxi	➤ Sopa: creme de mandioca, frango desfiado e cenoura. ➤ Manga	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Lombo desfiado ➤ Tomate picadinho ➤ Banana	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Omelete com abobrinha e cenoura ➤ Melancia			
13:00	CAFÉ DA TARDE	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta			
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Feijão, cenoura, mandioquinha e macarrão.	➤ Sopa: Creme de abóbora com frango desfiado	➤ Sopa: Carne, legumes e arroz.	➤ Sopa Canja: Frango com legumes e arroz	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão			
% de adequação		103,2	102,7	127,9	88,0	112,4	100,0	180,3	149,0

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	502,53	17g	14%	15g	26%	310,1g	62%				

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 21/07/2025	Terça-Feira 22/07/2025	Quarta-Feira 23/07/2025	Quinta-Feira 24/07/2025	Sexta-Feira 25/07/2025
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA
9:00	COLAÇÃO	➤ Laranja em gomos	➤ Melancia	➤ Melão	➤ Pêra	➤ Abacaxi
10:00	ALMOÇO	➤ Sopa: abobrinha, batata, frango e macarrão. ➤ Melão	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango desfiado ➤ Purê de Batatas ➤ Abacaxi	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Omelete com espinafre ➤ Salada de tomate ➤ Banana	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Carne moída com batata e cenoura ➤ Maçã	➤ Sopa: frango, abóbora, mandioquinha e arroz. ➤ Manga
13:00	CAFÉ DA TARDE	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou Fruta
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Carne com legumes e arroz	➤ Sopa: Feijão, cenoura, mandioquinha macarrão.	➤ Sopa: Canja Frango, batata, abóbora e arroz.	➤ Sopa: Frango, macarrão, legumes.	➤ Sopa: Carne, legumes e macarrão.

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	502,53	17g	14%	15g	26%	310,1g	62%				

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 28/07/2025	Terça-Feira 29/07/2025	Quarta-Feira 30/07/2025	Quinta-Feira 31/07/2025	Sexta-Feira
07:15	CAFÉ DA MANHÃ		➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	
9:00	COLAÇÃO		➤ Melancia picada	➤ Abacaxi	➤ Purê de maçã	
10:00	ALMOÇO	NÃO HAVERÁ AULA	➤ Sopa: carne, batata, cenoura e arroz. ➤ Purê de maçã	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango refogado com cenoura cozida ➤ Manga	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Lombo desfiado ➤ Abobrinha refogada ➤ Mamão	
13:00	CAFÉ DA TARDE		➤ FÓRMULA LÁCTEA ou fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou fruta	➤ FÓRMULA LÁCTEA ou fruta	
15:00	JANTAR		➤ Sopa: Canja Frango, legumes e arroz	➤ Sopa: Feijão, legumes e macarrão	➤ Sopa: Carne, legumes e arroz	

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	502,53	17g	14%	15g	26%	310,1g	62%				

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica



PREFEITURA MUNICIPAL DE MAIRIPORÃ
Secretaria Municipal de Educação
Centro de Referência em Alimentação Escolar
Endereço: Rua Iimirim, 112 – Bairro Iimirim – Telefone: (11) 4604-3800
CARDÁPIO JULHO 2025 - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA: 6M – 11 MESES - CRECHE
PERÍODO INTEGRAL

*****Cardápio sujeito a alterações*****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.

Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica