

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO PADRÃO - MAIORES DE 3 ANOS

Refeição	Segunda-Feira 05/02/2024	Terça-Feira 06/02/2024	Quarta-Feira 07/02/2024	Quinta-Feira 08/02/2024	Sexta-Feira 09/02/2024
Café da manhã	Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	Leite integral (copo) + Pão	Leite integral (copo) + Pão	Leite integral (copo) + Pão	Leite integral (copo) + Pão
Lanche da manhã	Maçã	Abacaxi	Maçã	Melancia	Banana
Prato base	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão
Prato principal	Carne bovina (coxão duro em cubos)	Filé de frango Sassami	Carne moída (patinho moído)	Filé de frango Sassami	Patinho em tiras
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)	Milho congelado Repolho Chuchu	Mandiocquinha salsa Chuchu Beterraba	Batata Alface Cenoura	Abóbora cabotia Acelga Ovo	Couve Tomate Berinjela
Lanche da tarde I	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, maçã e laranja)	Mamão	Maçã
Lanche da tarde II	Macarrão com legumes e frango desfiado (milho, tomate e cenoura)	Pão francês com carne moída (patinho moído)	Macarronada a bolonhesa* (macarrão com frango desfiado e molho de tomate)	Macarronada a bolonhesa (macarrão + carne moída bovina)	Bolo de fubá (com açúcar) + Leite integral

Helaine Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Setor de Nutrição da Secretaria Municipal de Educação de Franca

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO PADRÃO - MAIORES DE 3 ANOS

Refeição	Segunda-Feira 12/02/2024	Terça-Feira 13/02/2024	Quarta-Feira 14/02/2024	Quinta-Feira 15/02/2024	Sexta-Feira 16/02/2024
Café da manhã	FERIADO				
Lanche da manhã					
Prato base					
Prato principal					
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)					
Lanche da tarde I					
Lanche da tarde II					
			Leite integral (copo) + Pão hot dog	Leite integral (copo) + biscoito de polvilho	Leite integral (copo) + Pão
			Maçã	Maçã	Banana
			Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão
			Carne moída (patinho moído)	Carne bovina (coxão duro em cubos)	Filé de frango Sassami
			Batata Cenoura	Abóbora cabotiá Acelga Ovo	Batata Chicória Tomate
			Salada de frutas (banana, maçã e laranja)	Maçã	Maçã
			Macarronada a bolonhesa* (macarrão com frango desfiado e molho de tomate)	Escondidinho ou purê de batata com frango desfiado	Bolo de fubá (com açúcar) + Leite integral

Eleonice Raimos Domingos Bernardes
Eleonice Raimos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Setor de Nutrição da Secção
de Manutenção da Educação
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO PADRÃO - MAIORES DE 3 ANOS

Refeição	Segunda-Feira 19/02/2024	Terça-Feira 20/02/2024	Quarta-Feira 21/02/2024	Quinta-Feira 22/02/2024	Sexta-Feira 23/02/2024
Café da manhã	Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	Leite integral (copo) + Pão hot dog	Leite integral (copo) + Pão hot dog	Leite integral (copo) + Pão hot dog	Leite integral (copo) + Pão hot dog
Lanche da manhã	Maçã	Abacaxi	Maçã	Melancia	Banana
Prato base	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão
Prato principal	Carne bovina (coxão duro em cubos)	Filé de frango Sassami	Carne moída (patinho moído)	Filé de frango Sassami	Patinho em tiras
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)	Milho congelado Repolho Chuchu	Mandiquinha salsa Chuchu Beterraba	Batata Alface Cenoura	Abóbora cabotia Acelga Ovo	Couve Tomate Berinjela
Lanche da tarde I	Maçã	Mamão	Salada de frutas (banana, maçã e laranja)	Mamão	Maçã
Lanche da tarde II	Macarrão com legumes com frango desfiado (milho, tomate e cenoura)	Pão francês com carne moída	Macarronada a bolonhesa* (macarrão com frango desfiado e molho de tomate)	Escondidinho ou purê de batata com carne moída (patinho)	Bolo de fubá (com açúcar) + Leite integral

Elaine F. de Oliveira Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Setor de Nutrição da seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO PADRÃO - MAIORES DE 3 ANOS

Refeição	Segunda-Feira 26/02/2024	Terça-Feira 27/02/2024	Quarta-Feira 28/02/2024	Quinta-Feira 29/02/2024	Sexta-Feira 01/03/2024
Café da manhã	Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	Leite integral (copo) + Pão hot dog	Leite integral (copo) + Pão hot dog	Leite integral (copo) + Pão hot dog	Leite integral (copo) + Pão hot dog
Lanche da manhã	Maçã	Abacaxi	Maçã	Melancia	Banana
Prato base	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão	Arroz + feijão
Prato principal	Filé de frango Sassami	Patinho em tiras	Filé de frango Sassami	Carne bovina (coxão duros em cubos)	Filé de frango Sassami
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)	Milho congelado Repolho Chuchu	Mandiocquinha salsa Chuchu Beterraba	Batata Alface Cenoura	Abóbora cabotiá Acelga Ovo	Batata Chicória Tomate
Lanche da tarde I	Melancia em pedaços	Mamão	Salada de frutas (banana, maçã e laranja)	Mamão	Maçã
Lanche da tarde II	Macarrão com legumes com carne moída (milho, tomate e cenoura)	Pão francês com frango desfiado	Macarronada a bolonhesa (macarrão com carne moída)	Escondidinho ou purê de batata com frango desfiado	Bolo de fubá (com açúcar) + Leite integral



Jeunice Ramos Domingos Bernardes
Jeunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Setor de Nutrição da Secretaria Municipal de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Observações

- O departamento de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que sucos sejam evitados dando preferência às frutas in natura;
- Nos intervalos das refeições oferecer água para manter a hidratação;
- Não adicionar sal e açúcar no preparo das refeições;
- Para crianças de 4 a 6 meses esse cardápio deve ser seguido apenas na ausência do Aleitamento Materno Exclusivo (AME). A partir dos 6 meses as refeições serão apresentadas na forma de papa, passando para pedaços ao longo do crescimento e desenvolvimento da criança, nunca liquidificando as preparações, sendo que as frutas serão amassadas, raspadas ou gradativamente em pedaços.
- Cardápio sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas e verduras. Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista da Instituição.

Guia Prático de Alimentação – Departamento de Nutrologia e Pediatria Ambulatorial
página 32

Volume e número das mamadas de acordo com a idade*

IDADE	VOLUME/MAMADA	NÚMERO/DIA
0 A 30 DIAS	60 A 120 ML	6 A 8
30 A 60 DIAS	120 A 150 ML	6 A 8
2 A 3 MESES	150 A 180 ML	5 A 6
3 A 6 MESES	180 A 200 ML	5 A 6
Acima de 6 MESES	180 A 200 ML	2 A 3

Elaine Ramos Domingos Bernardes
Elaine Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Setor de Nutrição da Secretaria Municipal de Educação