

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024

CARDÁPIO 1: ALUNOS DA CRECHE DE 4 A 5 MESES (PERÍODO INTEGRAL)

DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01/out	Ter	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula Infantil 1	Pera raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
02/out	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e banana	Fórmula Infantil 1	Abacate com banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
03/out	Qui	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
04/out	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
07/out	Seg	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
08/out	Ter	Fórmula infantil 1 com abacate	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
09/out	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e banana	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
10/out	Qui	Fórmula infantil 1 com goiaba	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
11/out	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula Infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)			
15/out	Ter	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
16/out	Qua	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e maçã	Fórmula Infantil 1	Mamão amassado / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
17/out	Qui	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula Infantil 1	Abacate com banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
18/out	Sex	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula Infantil 1	Mamão e banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
21/out	Seg	Fórmula infantil 1 com mamão	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
22/out	Ter	Fórmula infantil 1 com goiaba	Fórmula Infantil 1	Melão em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
23/out	Qua	Fórmula infantil com pera	Fórmula Infantil 1	Banana amassada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
24/out	Qui	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e banana	Fórmula Infantil 1	Maçã raspada / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
25/out	Sex	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula Infantil 1	Melancia em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula Infantil 1
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO	LANCHE	JANTAR
28/out	Seg	FERIADO			
29/out	Ter	Fórmula infantil 1 com maçã	Fórmula infantil 1	Manga em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
30/out	Qua	Fórmula infantil 1 com banana	Fórmula infantil 1	Mamão e banana amassados / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1
31/out	Qui	Mingau: Fórmula infantil 1 batida com aveia e banana	Fórmula infantil 1	Melancia em papa / Fórmula infantil 1	Fórmula infantil 1

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	476,5	9,95	21,00	61,92	455,63	95,59	285,22	5,69	113,86

Assinaturas:

 Secretária Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	--	---	--

DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01/out	Ter	Fórmula infantil 2 com maçã e uva passa	Papa: Batata doce / feijão carioca peneirado / frango desfiado com acelga / abóbora cozida. Melão em papa	Pera raspada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, acelga e carne moída
02/out	Qua	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Arroz / feijão preto peneirado / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Banana amassada	Abacate com banana amassados / Fórmula infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
03/out	Qui	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com aveia, banana e uva passa	* Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / polenta cremosa com PTS clara ao sugo (extrato de tomate) / espinafre refogado. Mamão amassado	Banana amassada / Fórmula infantil 2	* Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
04/out	Sex	Fórmula infantil 2 com banana e uva passa	Papa: Macarrão da Super Merendeira "Tia Romilda" (com frango desfiado ao molho de melancia) / feijão carioca peneirado / cenoura cozida. Maçã raspada	Melancia em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
07/out	Seg	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / ovo mexido com orégano / abóbora cozida. Manga em papa	Mamão amassado / Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com macarrão, frango desfiado, inhame e abóbora
08/out	Ter	Fórmula infantil 2 com abacate e uva passa	Papa: Inhame / feijão carioca peneirado / escondidinho (batata) de carne moída / cenoura cozida. Pera raspada	Mamão e banana amassados / Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com chuchu, batata doce e frango desfiado
09/out	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com aveia e banana	Papa: Macarrão refogado com extrato de tomate e manjerição / feijão carioca peneirado / carne moída com espinafre / abobrinha refogada com cheiro verde. Maçã raspada	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e frango desfiado
10/out	Qui	Fórmula infantil 2 com goiaba e uva passa	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne desfiada com chuchu / couve refogada. Banana amassada	Frapê de fórmula infantil 2 batido com goiaba e uva passa	Sopa creme de fubá com abobrinha ralada, couve e ovo
11/out	Sex	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com escarola / abóbora cozida com cheiro verde. Melancia em papa	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de mandioca com tomate, acelga e carne moída
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)			
15/out	Ter	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / carne moída com cebola / salada de repolho. Maçã raspada	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de abóbora com chuchu, batata doce e frango desfiado
16/out	Qua	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Mandioca / feijão preto peneirado / frango desfiado com tomate / espinafre refogado. Banana amassada	Mamão amassado / Fórmula infantil 2	Sopa creme de ervilha com chuchu, cará e carne moída
17/out	Qui	Fórmula infantil 2 com banana e uva passa	* Papa: Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate com manjerição) de lentilha / feijão carioca peneirado / escarola refogada. Mamão amassado	Abacate com banana amassados / Fórmula infantil 2	* Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
18/out	Sex	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cheiro verde / abóbora cozida. Banana amassada	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com abobrinha ralada, couve e ovo
21/out	Seg	Fórmula infantil 2 com mamão	Papa: Arroz com cenoura / feijão carioca peneirado / ovo mexido com abobrinha ralada / salada de acelga. Mamão amassado	Mamão amassado / Fórmula infantil 2	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho, cenoura e carne moída
22/out	Ter	Fórmula infantil 2 com goiaba e uva passa	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com tomate / beterraba cozida. Maçã raspada	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de feijão com carne moída, inhame e batata
23/out	Qua	Fórmula infantil 2 com pera	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / frango desfiado com cenoura / salada de pepino ralado. Banana amassada	Banana amassada / Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
24/out	Qui	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com arroz e banana	Papa: Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca peneirado / carne moída com abóbora / couve refogada. Maçã raspada	Abacate com banana amassados / Fórmula infantil 2	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com frango desfiado
25/out	Sex	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface. Sorvete natural pastoso de banana	Manga em papa / Fórmula infantil 2	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
28/out	Seg	FERIADO			
29/out	Ter	Fórmula infantil 2 com maçã	Papa: Arroz / feijão carioca com louro peneirado / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha refogada com cheiro verde. Melancia em papa	Manga em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de batata com tomate, acelga e frango desfiado
30/out	Qua	Mingau: Fórmula infantil 2 batida com aveia e banana	Papa: Mandioquinha / feijão carioca peneirado / frango desfiado com pepino ralado / espinafre refogado. Banana amassada	Melão em papa / Fórmula infantil 2	Sopa creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo
31/out	Qui	Fórmula infantil 2 com banana	Papa: Arroz / feijão carioca peneirado / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface. Banana amassada	Maçã raspada / Fórmula infantil 2	Sopa de legumes (batata doce e abóbora) com macarrão e frango desfiado

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	560,04	22,01	13,48	92,67	753,13	79,51	299,05	6,15	354,06

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

 Secretária Municipal de Educação - SM Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	--	---	--

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024
CARDÁPIO 3: ALUNOS DA CRECHE DE 1 A 4 ANOS (PERÍODO INTEGRAL)

DATA	DIA	DESJEJUM (08:00-08:30H)	ALMOÇO (10:30-11:30H)	LANCHE (13:00-13:30H)	JANTAR (14:50-15:30H)
01/out	Ter	Leite integral batido com maçã, cacau e uva passa / biscoito caseiro de orégano	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com acelga / abóbora cozida em cubos. Melão	Mamão e banana picados ou amassados	Sopa creme de batata com tomate, acelga e carne moída
02/out	Qua	Leite integral com mamão / pão francês integral com manteiga	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Suco natural de abacaxi com hortelã	Leite integral com banana, aveia e uva passa	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
03/out	Qui	Mingau: Leite integral batido com aveia, banana e uva passa	* Arroz com cenoura / feijão carioca / polenta cremosa com PTS clara ao sugo (extrato de tomate e manjeriço) / espinafre refogado. Mamão	Leite integral com goiaba e uva passa	* Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com ovo
04/out	Sex	Leite integral com cacau e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Macarrão da Super Merendeira "Tia Romilda" (com frango em cubos ao molho de melancia) / feijão carioca / cenoura cozida em cubos. Maçã / Suco de uva orgânico	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
07/out	Seg	Leite integral com banana e cacau / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca / farofa de ovo com cheiro verde e cebola / abóbora cozida em cubos. Manga	Leite integral com mamão, aveia e uva passa	Sopa creme de feijão com macarrão, frango desfiado, inhame e abóbora
08/out	Ter	Leite integral com abacate e uva passa / pão francês com manteiga	Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / cenoura cozida em rodela. Pera	Leite integral com banana aveia e uva passa	Sopa creme de abóbora com chuchu, batata doce e frango desfiado
09/out	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana	Macarrão refogado com extrato de tomate e manjeriço / feijão carioca / carne moída com espinafre / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Maçã	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa de legumes (batata doce e cenoura) com macarrão e frango desfiado
10/out	Qui	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com geleia de morango	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com chuchu / couve refogada. Banana	Frapê de leite integral batido com goiaba e uva passa	Sopa creme de fubá com abobrinha ralada, couve e ovo
11/out	Sex	Leite integral com maçã / brownie de banana e cacau	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com escarola / abóbora cozida em cubos com cheiro verde. Suco natural de melancia	Melão	Sopa creme de mandioca com tomate, acelga e carne moída
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)			
15/out	Ter	Leite integral com mamão / biscoito caseiro de gergelim	Arroz / feijão carioca / carne moída com cebola / salada de repolho. Suco natural de laranja com cenoura	Melancia	Sopa creme de abóbora com chuchu, batata doce e frango desfiado
16/out	Qua	Leite integral com banana / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão preto / frango em cubos com tomate / espinafre refogado. Banana	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de ervilha com chuchu, cará e carne moída
17/out	Qui	* Leite integral com cacau, banana e uva passa / pão francês integral com geleia de morango	* Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate com manjeriço) de lentilha / feijão carioca / escarola refogada. Mamão	* Iogurte natural de inhame batido com manga e uva passa	* Sopa creme de lentilha com tomate, abóbora e espinafre
18/out	Sex	Leite integral com maçã e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cheiro verde / abóbora cozida em cubos. Banana	Leite integral com banana e aveia	Sopa creme de fubá com abobrinha ralada, couve e ovo
21/out	Seg	Leite integral com mamão, cacau e uva passa / pão francês com geleia de frutas vermelhas (amora, morango e framboesa)	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha ralada / salada de acelga. Mamão	Leite integral com maçã	Sopa creme de ervilha com arroz, repolho, cenoura e carne moída
22/out	Ter	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com ovo mexido	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com tomate / beterraba cozida em cubos. Suco natural de laranja com beterraba	Melão	Sopa creme de feijão com carne moída, inhame e batata
23/out	Qua	Leite integral com pera / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cenoura / salada de pepino em cubos. Banana	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de batata com tomate, escarola e carne moída
24/out	Qui	Mingau: Leite integral batido com banana	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída com abóbora cozida em cubos / couve refogada. Maçã	Leite integral com abacate, banana e uva passa	Caldo rosa (cenoura, beterraba e batata) com frango desfiado
25/out	Sex	Leite integral com banana e uva passa / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface. Sorvete natural pastoso de banana	Melancia	Canja (arroz, frango desfiado, batata e cenoura)
28/out	Seg	FERIADO			
29/out	Ter	Leite integral com maçã e cacau / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Melancia	Melão	Sopa creme de batata com tomate, acelga e frango desfiado
30/out	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com pepino ralado / espinafre refogado. Suco de laranja com cenoura	Salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)	Sopa creme de fubá com cenoura ralada, couve e ovo
31/out	Qui	Leite integral batido com banana / pão francês com manteiga	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata, pimentão e tomate / salada de alface. Banana	Leite integral com maçã, aveia e uva passa	Sopa de legumes (batata doce e abóbora) com macarrão e frango desfiado

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	834,06	32,46	25,47	118,88	719,47	84,98	355,89	4,19	495,79

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

OBS: As preparações de leite com cacau serão substituídas por leite batido com frutas variadas para menores de 02 anos.

OBS: Não há adição de açúcar nas preparações dos cardápios da creche.

 Secretária Municipal de Educação - SM Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotides Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	---	---	--

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024
CARDÁPIO 4: ALUNOS DA CRECHE/EMEI DE 3 A 4 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	DESJEJUM OU LANCHE (08:00-08:30H OU 13:00-13:30H)	ALMOÇO OU JANTAR (10:30-11:30H OU 14:50-15:30H)
01/out	Ter	Leite integral batido com maçã, cacau e uva passa / biscoito caseiro de orégano	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com acelga / abóbora cozida em cubos. Melão
02/out	Qua	Leite integral com mamão / pão francês integral com manteiga	Arroz / feijão preto / carne desfiada com mandioca / couve refogada. Suco natural de abacaxi com hortelã
03/out	Qui	Mingau: Leite integral batido com aveia, banana e uva passa	* Arroz com cenoura / feijão carioca / polenta cremosa com PTS clara ao sugo (extrato de tomate e manjerição) / espinafre refogado. Mamão
04/out	Sex	Leite integral com cacau e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Macarrão da Super Merendeira "Tia Romilda" (com frango em cubos ao molho de melancia) / feijão carioca / cenoura cozida em cubos. Maçã / Suco de uva orgânico
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
07/out	Seg	Leite integral com banana e cacau / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca / farofa de ovo com cheiro verde e cebola / abóbora cozida em cubos. Manga
08/out	Ter	Leite integral com abacate e uva passa / pão francês com manteiga	Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / cenoura cozida em rodela. Pera
09/out	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana	Macarrão refogado com extrato de tomate e manjerição / feijão carioca / carne moída com espinafre / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Maçã
10/out	Qui	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com geleia de morango	Arroz / feijão carioca / carne desfiada com chuchu / couve refogada. Banana
11/out	Sex	Leite integral com maçã / brownie de banana e cacau	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com escarola / abóbora cozida em cubos com cheiro verde. Suco natural de melancia
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)	
15/out	Ter	Leite integral com mamão / biscoito caseiro de gergelim	Arroz / feijão carioca / carne moída com cebola / salada de repolho. Suco natural de laranja com cenoura
16/out	Qua	Leite integral com banana / pão francês com patê caseiro de cenoura	Arroz / feijão preto / frango em cubos com tomate / espinafre refogado. Banana
17/out	Qui	Leite integral com cacau, banana e uva passa / pão francês integral com geleia de morango	* Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate com manjerição) de lentilha / feijão carioca / escarola refogada. Mamão
18/out	Sex	Leite integral com maçã e uva passa / bolo caseiro de banana com canela	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cheiro verde / abóbora cozida em cubos. Banana
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
21/out	Seg	Leite integral com mamão, cacau e uva passa / pão francês com geleia de frutas vermelhas (amora, morango e framboesa)	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com abobrinha ralada / salada de acelga. Mamão
22/out	Ter	Leite integral com goiaba e uva passa / pão francês com ovo mexido	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com tomate / beterraba cozida em cubos. Suco natural de laranja com beterraba
23/out	Qua	Leite integral com pera / pão de queijo de forma caseiro	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com cenoura / salada de pepino em cubos. Banana
24/out	Qui	Mingau: Leite integral batido com banana	Macarrão ao alho e óleo / feijão carioca / carne moída com abóbora cozida em cubos / couve refogada. Maçã
25/out	Sex	Leite integral com banana e uva passa / bolo caseiro de banana	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface. Sorvete natural pastoso de banana
DATA	DIA	DESJEJUM	ALMOÇO
28/out	Seg	FERIADO	
29/out	Ter	Leite integral com maçã e cacau / biscoito caseiro de polvilho	Arroz / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde. Melancia
30/out	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com pepino ralado / espinafre refogado. Suco de laranja com cenoura
31/out	Qui	Leite integral batido com banana / pão francês com manteiga	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata, pimentão e tomate / salada de alface. Banana

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	521,05	20,17	14,06	77,04	361,12	39,63	218,73	2,75	759,55

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne




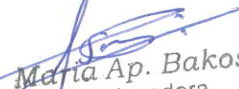
 Secretária Municipal de Educação - S.M.E. Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 P. Obanites Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	--	--	---

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024
CARDÁPIO 5: ALUNOS DA EMEI, EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS - LANCHE
COMPLEMENTAR

DATA	DIA	LANCHE (07:00H OU 16:00H)
01/out	Ter	Leite integral com maçã
02/out	Qua	Leite integral com mamão
03/out	Qui	Mingau: Leite integral batido com banana e aveia
04/out	Sex	Leite integral com maçã e cacau
DATA	DIA	DESJEJUM
07/out	Seg	Leite integral com maçã
08/out	Ter	Leite integral com abacate
09/out	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
10/out	Qui	Leite integral com mamão e aveia
11/out	Sex	Leite integral com maçã e cacau
DATA	DIA	DESJEJUM
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Leite integral com mamão
16/out	Qua	Leite integral com banana
17/out	Qui	Leite integral com mamão e aveia
18/out	Sex	Leite integral com maçã
DATA	DIA	DESJEJUM
21/out	Seg	Leite integral com banana
22/out	Ter	Leite integral com mamão
23/out	Qua	Leite integral batido com banana e cacau
24/out	Qui	Leite integral batido com maçã e aveia
25/out	Sex	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
DATA	DIA	DESJEJUM
28/out	Seg	FERIADO
29/out	Ter	Leite integral com mamão
30/out	Qua	Mingau: Leite integral batido com aveia e banana
31/out	Qui	Leite integral com banana e cacau

Valor Nutricional Médio	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
	218,04	8,54	8,30	27,38	122,00	9,84	258,66	0,23	94,82

Assinaturas:

 Secretária Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 PI Cesarantos Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	---	--	--

CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/out	Ter	Arroz / feijão preto / escondidinho (mandioca) com carne desfiada / couve refogada
02/out	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com abóbora, tomate e ervilha
03/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / polenta cremosa com PTS ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / cenoura cozida em cubos
04/out	Sex	Macarrão da Super Merendeira "Tia Romilda" (com frango em cubos ao molho de melancia) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
07/out	Seg	Arroz / feijão carioca com louro / omelete com abóbora / acelga refogada
08/out	Ter	Torta de carne moída com cenoura, milho e abobrinha
09/out	Qua	Arroz colorido (cenoura e ervilha) / feijão carioca / carne em cubos com chuchu e batata doce em cubos / salada de alface
10/out	Qui	Polenta cremosa com carne moída sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / couve refogada
11/out	Sex	Brownie de banana com cacau
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Arroz integral / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de carne moída / salada de repolho
16/out	Qua	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
17/out	Qui	* Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com abóbora e manjeriço) de lentilha / escarola refogada
18/out	Sex	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, extrato de tomate (batido com cenoura) e orégano
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
21/out	Seg	Pão de queijo de forma caseiro
22/out	Ter	Arroz / estrogonofe de frango em cubos (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca, orégano e manjeriço)
23/out	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate e cheiro verde), seleta de legumes (batata, cenoura e ervilha) e acelga
24/out	Qui	Arroz com ervilha / feijão carioca / almôndega ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / couve refogada
25/out	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
28/out	Seg	FERIADO
29/out	Ter	Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
30/out	Qua	Sanduíche de pão de leite integral com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) e cenoura ralada
31/out	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com abobrinha refogada / salada de alface

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	296,00	14,06	8,83	40,05	656,39

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

<p>Assinaturas:</p> <p>Secretaria Municipal de Educaçã Luiz Henrique Lima Atou Nutricionista CRN3 45427</p>	<p>Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP</p>	<p>Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação</p>	<p>Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443</p>
---	---	--	---

CARDÁPIO 6: ALUNOS DA EMEI, EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS (PERÍODO PARCIAL) - JAM E CEPAC

DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/out	Ter	Arroz / feijão preto / escondidinho (mandioca) com carne desfiada / couve refogada
02/out	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com abóbora, tomate e ervilha
03/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / polenta cremosa com PTS ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / cenoura cozida em cubos
04/out	Sex	Macarrão da Super Merendeira "Tia Romilda" (com frango em cubos ao molho de melancia) / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
07/out	Seg	Arroz / feijão carioca com louro / omelete com abóbora / acelga refogada
08/out	Ter	Torta de carne moída com cenoura, milho e abobrinha
09/out	Qua	Arroz colorido (cenoura e ervilha) / feijão carioca / carne em cubos com chuchu e batata doce em cubos / salada de alface
10/out	Qui	Polenta cremosa com carne moída sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / couve refogada
11/out	Sex	Brownie de banana com cacau
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Arroz integral / feijão carioca com louro / escondidinho (batata) de carne moída / salada de repolho
16/out	Qua	Arroz / feijão preto com linguíça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
17/out	Qui	* Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com abóbora e manjeriço) de lentilha / escarola refogada
18/out	Sex	Pizza (massa de torta) de frango desfiado, queijo, extrato de tomate (batido com cenoura) e orégano
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
21/out	Seg	Pão de queijo de forma caseiro
22/out	Ter	Arroz / estrogonofe de frango em cubos (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca, orégano e manjeriço)
23/out	Qua	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate e cheiro verde), seleta de legumes (batata, cenoura e ervilha) e acelga
24/out	Qui	Arroz com ervilha / feijão carioca / almôndega ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / couve refogada
25/out	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO OU LANCHE
28/out	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca com louro / kibe de carne (com batata e hortelã) / escarola refogada
29/out	Ter	Arroz com cenoura / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
30/out	Qua	Sanduíche de pão de leite integral com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) e cenoura ralada
31/out	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com abobrinha refogada / salada de alface

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	296,00	14,06	8,83	40,05	659,49

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne





Assinaturas: Secretária Municipal de Educação - S.M.E. Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 P/ Cesantos Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	--	--	---

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024

CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS E EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/out	Ter	Melancia
02/out	Qua	Suco natural de goiaba
03/out	Qui	* Mamão
04/out	Sex	Doce individual de goiaba / Suco de uva orgânico
DATA	DIA	SOBREMESA
07/out	Seg	Melão
08/out	Ter	Suco natural de abacaxi com hortelã
09/out	Qua	Canjica com canela
10/out	Qui	Maçã
11/out	Sex	Suco natural de goiaba
DATA	DIA	SOBREMESA
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Suco natural de laranja
16/out	Qua	Laranja
17/out	Qui	* Banana
18/out	Sex	Suco natural de uva
DATA	DIA	SOBREMESA
21/out	Seg	Suco natural de melancia
22/out	Ter	Melancia
23/out	Qua	Suco natural de manga
24/out	Qui	Arroz doce com canela
25/out	Sex	Banana
DATA	DIA	SOBREMESA
28/out	Seg	FERIADO
29/out	Ter	Canjica de milho com canela
30/out	Qua	Suco natural de melancia
31/out	Qui	Maçã

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	83,02	1,36	0,76	17,73	8,04

Assinaturas:			
 Secretária Municipal de Educação - SME Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024
**CARDÁPIO 7: ALUNOS DA EMEF E EMEIF DE 4 A 10 ANOS E EJA DE 19 A 60 ANOS
(PERÍODO PARCIAL) - JAM E CEPAC**

DATA	DIA	SOBREMESA (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)
01/out	Ter	Melancia
02/out	Qua	Suco natural de goiaba
03/out	Qui	* Mamão
04/out	Sex	Doce individual de goiaba / Suco de uva orgânico
DATA	DIA	SOBREMESA
07/out	Seg	Melão
08/out	Ter	Suco natural de abacaxi com hortelã
09/out	Qua	Canjica com canela
10/out	Qui	Maçã
11/out	Sex	Suco natural de goiaba
DATA	DIA	SOBREMESA
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Suco natural de laranja
16/out	Qua	Laranja
17/out	Qui	* Banana
18/out	Sex	Suco natural de uva
DATA	DIA	SOBREMESA
21/out	Seg	Suco natural de melancia
22/out	Ter	Melancia
23/out	Qua	Suco natural de manga
24/out	Qui	Arroz doce com canela
25/out	Sex	Banana
DATA	DIA	SOBREMESA
28/out	Seg	Melancia
29/out	Ter	Canjica de milho com canela
30/out	Qua	Suco natural de melancia
31/out	Qui	Maçã

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	81,00	1,31	0,74	17,28	8,29

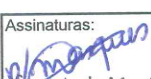
Assinaturas: Secretária Municipal de Educação - J. Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacareí - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	--	--	--


ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024

CARDÁPIO 8: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS (LANCHE PROJETO)

DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)
01/out	Ter	Pão de leite com geleia de uva / leite integral com café
02/out	Qua	Biscoito salgado integral / salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)
03/out	Qui	Bolo caseiro de laranja / leite integral com cacau
04/out	Sex	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com ervilha, abóbora e tomate / suco natural de maracujá
DATA	DIA	LANCHE
07/out	Seg	Pão de leite com queijo / leite integral com cacau
08/out	Ter	Biscoito doce sem recheio / leite integral com maçã com aveia
09/out	Qua	Pipoca / suco de goiaba / banana
10/out	Qui	Pão de queijo de forma caseiro / suco natural de uva
11/out	Sex	Bolo de maçã com canela / leite integral com banana
DATA	DIA	LANCHE
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Arroz doce com canela / banana
16/out	Qua	Torta de carne moída com tomate, chuchu, milho e cheiro verde / suco natural de manga
17/out	Qui	Bolo caseiro de banana / leite integral com mamão
18/out	Sex	Pão de leite com margarina / leite integral com café / salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)
DATA	DIA	LANCHE
21/out	Seg	Pão de leite integral com carne desfiada ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) com cheiro verde / suco natural de acerola
22/out	Ter	Bolo caseiro da Super Merendeira "Tia Josiane" (abóbora mesclado com cacau) / leite integral com cacau
23/out	Qua	Mingau: Leite integral com aveia / maçã
24/out	Qui	Pizza (massa de torta) de queijo, extrato de tomate, tomate e orégano / suco natural de goiaba
25/out	Sex	Biscoito doce sem recheio / leite integral com maçã com aveia
DATA	DIA	LANCHE
28/out	Seg	FERIADO
29/out	Ter	Pão de leite integral com patê caseiro de cenoura com cheiro verde / leite integral com café / melão
30/out	Qua	Bolo caseiro de banana / leite integral com mamão
31/out	Qui	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com cenoura, ervilha e cheiro verde / suco natural de abacaxi com hortelã

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	280,07	9,26	9,35	39,88	194,52

Assinaturas:

 Secretária Municipal de Educação - SME
 Luiz Henrique Lima Affonso
 Nutricionista
 CRN3 45427


 Erotildes Martins da Cruz
 Presidente do CAE
 Jacarei - SP


 Danielli Villar
 RG: 23.743.431-3
 Secretária Adjunta de Educação


 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024

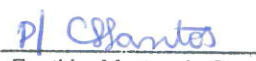
CARDÁPIO 8: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS (LANCHE PROJETO) - CEPAC

DATA	DIA	LANCHE (09:30H OU 15:00H)
01/out	Ter	Pão de leite com geleia de uva / leite integral com café
02/out	Qua	Biscoito salgado integral / salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)
03/out	Qui	Bolo caseiro de laranja / leite integral com cacau
04/out	Sex	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com ervilha, abóbora e tomate / suco natural de maracujá
DATA	DIA	LANCHE
07/out	Seg	Pão de leite com queijo / leite integral com cacau
08/out	Ter	Biscoito doce sem recheio / leite integral com maçã com aveia
09/out	Qua	Pipoca / suco de goiaba / banana
10/out	Qui	Pão de queijo de forma caseiro / suco natural de uva
11/out	Sex	Bolo de maçã com canela / leite integral com banana
DATA	DIA	LANCHE
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Arroz doce com canela / banana
16/out	Qua	Torta de carne moída com tomate, chuchu, milho e cheiro verde / suco natural de manga
17/out	Qui	Bolo caseiro de banana / leite integral com mamão
18/out	Sex	Pão de leite com margarina / leite integral com café / salada de frutas (banana, suco de laranja, maçã e mamão)
DATA	DIA	LANCHE
21/out	Seg	Pão de leite integral com carne desfiada ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) com cheiro verde / suco natural de acerola
22/out	Ter	Bolo caseiro da Super Merendeira "Tia Josiane" (abóbora mesclado com cacau) / leite integral com cacau
23/out	Qua	Mingau: Leite integral com aveia / maçã
24/out	Qui	Pizza (massa de torta) de queijo, extrato de tomate, tomate e orégano / suco natural de goiaba
25/out	Sex	Biscoito doce sem recheio / leite integral com maçã com aveia
DATA	DIA	LANCHE
28/out	Seg	Pão de leite com geleia de uva / leite integral com café
29/out	Ter	Pão de leite integral com patê caseiro de cenoura com cheiro verde / leite integral com café / melão
30/out	Qua	Bolo caseiro de banana / leite integral com mamão
31/out	Qui	Torta de frango desfiado (refogado com extrato de tomate) com cenoura, ervilha e cheiro verde / suco natural de abacaxi com hortelã

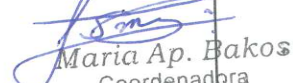
Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	303,08	9,84	10,18	43,02	210,86

Assinaturas:


 Secretária Municipal de Educação
 Luiz Henrique Lima Anjo
 Nutricionista
 CRN3 45427


 Erotildes Martins da Cruz
 Presidente do CAE
 Jacarei - SP


 Danielli Villar
 RG: 23.743.431-3
 Secretária Adjunta de Educação

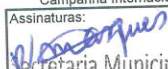




 Maria Ap. Bakos
 Coordenadora
 CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024
CARDÁPIO 9: ALUNOS DA EJA DE 19 A 60 ANOS (PERÍODO PARCIAL)

DATA	DIA	REFEIÇÃO (19:30H-19:50H)
01/out	Ter	Arroz com milho / feijão carioca / frango em tiras com acelga / abóbora cozida em cubos
02/out	Qua	Arroz / feijão preto / escondidinho (mandioca) com carne desfiada / couve refogada
03/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / polenta cremosa com PTS ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / couve refogada
04/out	Sex	Macarrão da Super Merendeira "Tia Romilda" (com frango em cubos ao molho de melancia) / cenoura cozida em cubos / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO
07/out	Seg	Arroz / feijão carioca com louro / omelete com cheiro verde / acelga refogada
08/out	Ter	Macarrão integral ao alho e óleo / carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / cenoura cozida em rodela
09/out	Qua	Polenta cremosa com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / salada de repolho
10/out	Qui	Arroz colorido (cenoura e ervilha) / feijão carioca / carne em cubos com chuchu e batata doce / salada de alface
11/out	Sex	Arroz com ervilha / feijão carioca / frango em tiras com escarola / abóbora cozida em cubos com cheiro verde
DATA	DIA	REFEIÇÃO
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Polenta cremosa com carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / salada de repolho
16/out	Qua	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / couve refogada
17/out	Qui	* Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com abóbora e manjerição) de lentilha / escarola refogada
18/out	Sex	Arroz integral / feijão carioca / frango em tiras com mandioca e tomate / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
21/out	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / escarola refogada
22/out	Ter	Polenta cremosa com frango desfiado ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / seleta de legumes (batata, cenoura e ervilha) / salada de acelga
23/out	Qua	Arroz / estrogonofe de frango em cubos (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca, orégano e manjerição)
24/out	Qui	Arroz / feijão carioca / almôndega ao sugo (extrato de tomate batido com beterraba) / couve refogada
25/out	Sex	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface
DATA	DIA	REFEIÇÃO
28/out	Seg	FERIADO
29/out	Ter	Polenta de carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
30/out	Qua	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com batata doce / salada de acelga
31/out	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / peixe temperado com limão, pimentão e assado com batata e tomate / salada de alface

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	429,05	17,94	11,97	62,51	662,48

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

<p>Assinaturas:</p>  Secretária Municipal de Educação - SP Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	--	--	--

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024

CARDÁPIO 10: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS (ALMOÇO)

DATA	DIA	REFEIÇÃO (11:30-12:00H)
01/out	Ter	Polenta cremosa com frango desfiado (extrato de tomate batido com cenoura) / salada de cenoura ralada
02/out	Qua	Arroz / feijão preto / escondidinho (mandioca) com carne desfiada / couve refogada
03/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos
04/out	Sex	Arroz com milho / feijão carioca / carne moída / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
07/out	Seg	Arroz colorido (cenoura e ervilha) / feijão carioca / carne em cubos com chuchu e batata doce / salada de alface
08/out	Ter	Macarrão integral ao alho e óleo / carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / cenoura cozida em rodela
09/out	Qua	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com acelga / salada de repolho
10/out	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / ovo mexido com cenoura ralada / acelga refogada
11/out	Sex	Arroz com ervilha / feijão carioca / frango em tiras com escarola / abóbora cozida em cubos com cheiro verde
DATA	DIA	REFEIÇÃO
14/out	Seg	RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)
15/out	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com cenoura cozida em cubos / salada de alface
16/out	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / pernil acebolado ao molho vinagrete (tomate, cebola e pepino) / purê de batata
17/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / polenta cremosa com PTS ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / couve refogada
18/out	Sex	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / repolho refogado
DATA	DIA	REFEIÇÃO
21/out	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / escarola refogada
22/out	Ter	Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com abóbora e manjeriço) de lentilha / escarola refogada
23/out	Qua	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface
24/out	Qui	Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
25/out	Sex	Arroz / estrogonofe de frango em cubos (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca, orégano e manjeriço)
DATA	DIA	REFEIÇÃO
28/out	Seg	FERIADO
29/out	Ter	Macarrão com frango desfiado ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / seleta de legumes (batata, cenoura e ervilha) / salada de acelga
30/out	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com batata / salada de alface
31/out	Qui	Arroz com ervilha / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	382,09	16,00	11,14	54,65	616,73

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas:

Secretaria Municipal de Educação - S.M.E.
Luiz Henrique Lima Affonso
Nutricionista
CRN3 45427

Erotildes Martins da Cruz
Presidente do CAE
Jacarei - SP

Danielli Villar
RG: 23.743.431-3
Secretária Adjunta de Educação

Maria Ap. Bakas
Coordenadora
CRN 10443

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024

CARDÁPIO 10: ALUNOS DO PROJETO INTEGRAL DE 6 A 10 ANOS (ALMOÇO) - CEPAC

DATA	DIA	REFEIÇÃO (11:30-12:00H)
01/out	Ter	Polenta cremosa com frango desfiado (extrato de tomate batido com cenoura) / salada de cenoura ralada
02/out	Qua	Arroz / feijão preto / escondidinho (mandioca) com carne desfiada / couve refogada
03/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos
04/out	Sex	Arroz com milho / feijão carioca / carne moída / couve refogada
DATA	DIA	REFEIÇÃO
07/out	Seg	Arroz colorido (cenoura e ervilha) / feijão carioca / carne em cubos com chuchu e batata doce / salada de alface
08/out	Ter	Macarrão integral ao alho e óleo / carne moída ao sugo (extrato de tomate batido com abóbora) / cenoura cozida em rodela
09/out	Qua	Arroz / feijão carioca / frango em tiras com acelga / salada de repolho
10/out	Qui	Arroz / feijão carioca com louro / ovo mexido com cenoura ralada / acelga refogada
11/out	Sex	Arroz com ervilha / feijão carioca / frango em tiras com escarola / abóbora cozida em cubos com cheiro verde
DATA	DIA	REFEIÇÃO
RECESSO ESCOLAR (DIA DOS PROFESSORES)		
14/out	Seg	
15/out	Ter	Arroz / feijão carioca / frango em cubos com cenoura cozida em cubos / salada de alface
16/out	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / pernil acebolado ao molho vinagrete (tomate, cebola e pepino) / purê de batata
17/out	Qui	* Arroz com cenoura / feijão carioca / polenta cremosa com PTS ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / couve refogada
18/out	Sex	Arroz / feijão preto com linguiça / farofa temperada (alho e cebola) / repolho refogado
DATA	DIA	REFEIÇÃO
21/out	Seg	Arroz com cenoura / feijão carioca / omelete com cheiro verde / escarola refogada
22/out	Ter	Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com abóbora e manjerição) de lentilha / escarola refogada
23/out	Qua	Arroz / feijão carioca / peixe temperado com limão e assado com batata e tomate / salada de alface
24/out	Qui	Arroz / feijão carioca / escondidinho (batata) de carne moída / abobrinha em palito refogada com cheiro verde
25/out	Sex	Arroz / estrogonofe de frango em cubos (molho com: farinha de trigo, leite e extrato de tomate) / batata rústica (assada com casca, orégano e manjerição)
DATA	DIA	REFEIÇÃO
28/out	Seg	Macarrão a bolonhesa (extrato de tomate batido com cenoura e manjerição) de carne moída / feijão carioca / escarola refogada
29/out	Ter	Macarrão com frango desfiado ao sugo (extrato de tomate batido com cenoura) / seleta de legumes (batata, cenoura e ervilha) / salada de acelga
30/out	Qua	Arroz / feijão carioca com louro / carne moída com batata / salada de alface
31/out	Qui	Arroz com ervilha / feijão carioca / omelete com cheiro verde / abóbora cozida em cubos

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lípido (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	357,05	17,38	5,01	60,72	619,14

* Campanha Internacional Segunda Sem Carne

Assinaturas: Secretária Municipal de Educação - SMI: Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Erotildes Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	--	---	--



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024

CARDÁPIO 12: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E EJA DE 19 A 60 ANOS
(PERÍODO PARCIAL - LANCHE PASSEIO EVENTUAL)

LANCHE OPÇÃO 01 (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)

Suco integral individual 200ml	1 unidade
Biscoito salgado individual	1 unidade
Biscoito doce sem recheio individual	1 unidade
Fruta individual	1 unidade

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	428	5,9	8,9	81,20	179

LANCHE OPÇÃO 02 (09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)

Suco integral individual 200ml	1 unidade
Canjica de milho	1 unidade
Fruta individual	1 unidade

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	441	4,70	11,30	80	195,2

Assinaturas:

 Secretaria Municipal de Educação Luiz Henrique Lima Azeiteiro Nutricionista CRN3 45427	 Erolides Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
---	---	---	--



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR JACAREÍ - OUTUBRO 2024
CARDÁPIO 13: ALUNOS DA EMEI, EMEIF, EMEF DE 4 A 10 ANOS E EJA DE 19 A
(09:00-10:00H OU 14:30-15:30H)

BISCOITO SALGADO / LEITE INTEGRAL COM CACAU

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	324	10,88	10,81	45,64	207,73

PÃO DE LEITE COM MARGARINA / LEITE INTEGRAL COM CAFÉ

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	359	10,88	14,36	46,64	326,88

BISCOITO SEM RECHEIO / LEITE INTEGRAL COM CAFÉ

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	322	10,12	10,49	46,83	205,53

PÃO DE LEITE COM GELEIA / LEITE INTEGRAL COM CACAU

Valor Nutricional Médio	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídio (g)	Carboidrato (g)	Na (mg)
	341	11,64	9,28	52,67	260,56

Assinaturas:

 Secretaria Municipal de Educação - SP Luiz Henrique Lima Affonso Nutricionista CRN3 45427	 Protides Martins da Cruz Presidente do CAE Jacarei - SP	 Danielli Villar RG: 23.743.431-3 Secretária Adjunta de Educação	 Maria Ap. Bakos Coordenadora CRN 10443
--	---	---	--