



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

### CARDÁPIO ESCOLA EMEB Profa. Efigênia Colozio Denardi Cardoso / FEVEREIRO 2024

05/02	06/02	07/02	08/02	09/02
<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO, COXA E SOBRECOXA REFOGADA, CENOURA COZIDA, SALADA DE PEPINO E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J: SOPA DE FEIJÃO, MÚSCULO EM CUBOS, MACARRÃO, MANDIOQUINHA, ABOBRINHA, VAGEM E CENOURA</b>	<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/BOLO/ BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: MACARRÃO à BOLANHESA,VAGEM REFOGADA, SALADA DE BETERRADA E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J:TORTA DE CARNE COM BRÓCOLIS</b>	<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA REFOGADA, BRÓCOLIS COZIDO,SALADA DE TOMATE E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J:ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE FRANGO, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA BRÓCOLIS E FRUTA</b>	<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, CENOURA COZIDA, SALADA DE COUVE FLOR E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J: MACARRÃO BOLANHESA, SALADA DE ALFACE E TOMATE E FRUTA</b>	<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO, PURÊ DE MANDIOQUINHA, SALADA DE PEPINO E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/ BOLACHA <b>J: BOLO SIMPLES(LÓ, LARANJA,LIMÃO OU FUBÁ), VITAMINA DE FRUTA E FRUTA</b>

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN3-48560



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

12/02 SUSPENSÃO DE ATIVIDADE	13/02 FERIADO	14/02 SUSPENSÃO DE ATIVIDADE	15/02 PLANEJAMENTO	16/02 PLANEJAMENTO
19/02 <b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO COXA E SOBRECOXA REFOGADA, CENOURA COZIDA, SALADA DE REPOLHO E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J: SOPA DE FEIJÃO, MACARRÃO, CARNE BOVINA,ABOBRINHA, CABOTIÁ E CHUCHU</b>	20/02 <b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: MACARRÃO à BOLANHESA, BATATA DOCE COZIDA, SALADA DE BETERRADA E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J: PANQUECA DE FRANGO COM MILHO E CENOURA E FRUTA</b>	21/02 <b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO, PERNIL EM CUBOS, MANDIOQUINHA, SALADA DE PEPINO E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J: ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, COUVE FLOR, SALADA DE BETERRABA E FRUTA</b>	22/02 <b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO, BROCOLIS, ALMONDEGA, SALADA DE CHUCHU E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA <b>J: MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO DESFIADO, SALADA DE ALFACE E FRUTA</b>	23/02 <b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b> LM:LEITE OU FRUTA <b>A: ARROZ, FEIJÃO, CARNE BOVINA MÚSCULO EM TIRAS, BATATA ASSADA, SALADA DE ALFACE E FRUTA</b> LT: LEITE, FRUTA/PÃO/ /BOLACHA <b>J: BOLO SIMPLES(LÓ, LARANJA,LIMÃO OU FUBÁ)E VITAMINA DE FRUTA</b>

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN3-48560



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

26/02	27/02	28/02	29/02	
<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b>	<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b>	<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b>	<b>CM: LEITE PURO OU COM ACHOCOLATADO,PÃO/ BOLO/BOLACHA, MARGARINA/ REQUEIJÃO CASEIRO</b>	
LM:LEITE OU FRUTA	LM:LEITE OU FRUTA	LM:LEITE OU FRUTA	LM:LEITE OU FRUTA	
<b>A: MACARRÃO à BOLANHESA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE BETERRABA</b>	<b>A: ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO, MANDIOQUINHA COZIDA, SALADA DE PEPINO E FRUTA</b>	<b>A: ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO,BATATA ASSADA, SALADA DE PEPOLHO E FRUTA</b>	<b>A: ARROZ, FEIJÃO, PERNIL, CENOURA REFOGADA, SALADA DE COUVE FLOR E FRUTA</b>	
LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA	LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA	LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA	LT: LEITE, FRUTA/PÃO/BOLO/ BOLACHA	
<b>J: SOPA DE FEIJÃO, MACARRÃO, FRANGO,MANDIOQUINHA, CENOURA, CHUCHU E CABOTIÁ</b>	<b>J:TORTA DE CARNE MOÍDA COM SELETA DE LEGUMES</b>	<b>J:ARROZ, FEIJÃO,CARNE DE PANELA, COUVE FLOR, SALADA DE BETERRABA E FRUTA</b>	<b>J: MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE MOÍDA, SALADA DE ALFACE E FRUTA</b>	

**\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM PRÉVIO AVISO**

**\*\* CASO SEJA NECESSÁRIO POR FALTA DE ALGUM ITEM NO ESTOQUE A SALADA PODE SER TROCADA DE ACORDO COM AS OPÇÕES SUGERIDAS**

As refeições ofertadas são:

**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL:AINA FIORI DEZEM CRN3-48560**



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

**Café da manhã (CM):** todos os dias leite, achocolatado ou cacau em pó, pão e margarina/queijo/requeijão ou creme de ricota (APENAS INTEGRAL)

**Lanche da manhã (LM) :** leite ou fruta (BERÇARIO)

**Almoço:** Arroz, feijão carioca, prato principal (fonte de proteína ou fonte de proteína), legumes, salada e fruta (opcional)(INTEGRAL E PARCIAL)

**Lanche da tarde:** leite e fruta (integral) e para o maternal tem o adicional de pão, bolo simples ou bolacha.

**Jantar:** Arroz, feijão carioca (opcional), prato principal (fonte de proteína ou fonte de proteína), legumes, salada e fruta (opcional) ou sopa ou macarronada ou torta ou bolo + vitamina

### SUBSTITUIÇÕES

OPÇÕES DE FRUTAS: ABACAXI, MAMÃO, BANANA, MAÇA, PERA, MELANCIA, MANGA, GOIABA, TANGERINA, MELÃO E LARANJA.

OPÇÕES DE SALADAS: ALFACE, , ACELGA, TOMATE, PEPINO, CENOURA, REPOLHO, BETERRABA, CHUCHU, CABOTIÁ, BROCOLIS E COUVE FLOR.

OPÇÕES DE GUANIÇÕES: ABOBRINHA, CABOTIÁ, BATATA, BATATA DOCE, BETERRABA, BROCOLIS, COUVE-FLOR, CENOURA, CHUCHU, MANDIOQUINHA, REPOLHO E VAGEM

OPÇÕES DE CARNE: CARNE BOVINA EM CUBOS, ISCAS E MOÍDA, FILÉ DE FRANGO, ISCAS E EM CUBOS, COXA E SOBRECOXA, ALMONDEGA, KIBE, PEIXE E PERNIL

OPÇÕES DE BOLO: FUBÁ, LIMÃO, LARANJA E PÃO DE LÓ

OPÇÕES DE TORTA: CARNE MOÍDA OU FRANGO +CENOURA, MILHO, ERVILHA, BRÓCOLIS OU SELETA DE LEGUMES

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: **AINA FIORI DEZEM CRN3-48560**



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

**OPÇÕES DE PANQUECA: CARNE MOÍDA OU FRANGO +CENOURA, MILHO, ERVILHA, BRÓCOLIS OU SELETA DE LEGUMES**

**\*QUANDO FOR MACARRONADA O IDEAL É QUE SEJA FEITA UMA SOPA PARA O BERÇARIO.**

### **COMO MONTAR UM SOPA:**

**1 FONTE DE ALIMENTO CONSTRUTOR:** carne bovina ou de frango e pode ser adicionado fontes vegetais como feijão ou grão de bico

**1 FONTE DE CARBOIDRATO:** macarrão, batata, batata doce, mandioquinha ou cabotiá. Quando colocar mais que uma opção diminuir a quantidade. Exemplo se eu usar apenas macarrão irei usar 500 gramas de macarrão mas caso eu escolha usar batata e macarrão irei usar 250 gramas de cada.

**2 OU MAIS FONTES DE ALIMENTOS REGULADORES:** abobrinha, beterraba, brócolis, couve-flor, chuchu, mandioquinha, repolho, vagem e cenoura

### **COMO MONTAR UM MACARRONADA:**

**1 FONTE DE ALIMENTO CONSTRUTOR:** carne bovina (moída ou em isca) ou de frango (desfiado ou em isca)

**1 FONTE DE CARBOIDRATO:** macarrão espaguete ou parafuso

**1 MOLHO:** MOLHO DE TOMATE, MOLHO BRANCO OU MOLHO ROSE

**OPCIONAIS:** milho,ervilha e brócolis

O CARDÁPIO ESTA SUJEITO A ALTERAÇÃO DE DISPONIBILIDADE DA MATÉRIA PRIMA. É DE RESPONSABILIDADE DA

**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL:AINA FIORI DEZEM CRN3-48560**



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

ESCOLA A SALADA E NO CASO DE FRUTA COMO SOBREMESA, SENDO ASSIM SOLICITAR OS ITENS EM LISTA DE COMPRA SEMANAL.

	<b>BERÇARIO</b>	<b>MATERNAL</b>	<b>ETAPA</b>	<b>FUNDAMENTAL</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	07:15	07:30		
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	08:45	-		
<b>ALMOÇO</b>	10:15	10:30	9:00	9:00
<b>LANCHE DA TARDE 1</b>	13:00	13:15		
<b>LANCHE DA TARDE 2</b>	14:30	-		
<b>JANTAR</b>	15:30	15:30	15:00	15:00

### Aos 6 meses de idade

-Café da manhã: leite

-Lanche da manhã: fruta ou leite

- Almoço:

1 colher de sopa de arroz, mandioca, batata, mandioquinha ou abóbora cabotiá;

½ colher de sopa de feijão;

½ colher de sopa de legumes e verduras;

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN3-48560



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

1 colher de sopa de carne ou ovo.

**-Lanche da tarde 1:** leite

**Lanche da tarde 2:** fruta

**-Jantar:** leite

\*Os alimentos devem ficar separados e bem amassados com o garfo, e não devem ser liquidificados ou peneirados. As carnes devem ser bem cozidas e oferecidas em pedaços pequenos (picados ou desfiados). Alimentos crus, como frutas e alguns legumes, podem ser raspados ou amassados.

### Entre 7 e 8 meses de idade

**-Café da manhã:** leite

**-Lanche da manhã:** fruta ou leite

**- Almoço e Jantar:**

1 colher de sopa de arroz, mandioca, batata, mandioquinha ou abóbora cabotiá;

1 colher de sopa de feijão;

1 colher de sopa de legumes (EXCETO BATATA, MANDIOCA, MANDIOQUINHA OU ABÓBORA CABOTIÁ) e verduras;

1 colher de sopa de carne ou ovo.

**-Lanche da tarde 1:** leite

**Lanche da tarde 2:** fruta

\*Ofereça alimentos menos amassados do que antes ou bem picados, de acordo com a aceitação da criança

### Entre 9 e 11 meses de idade

**-Café da manhã:** leite

**-Lanche da manhã:** fruta ou leite

**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN3-48560**



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

### - Almoço e Jantar:

1,5 colheres de sopa de arroz, mandioca, batata, mandioquinha ou abóbora cabotiá;

1 colher de sopa de feijão;

1 colher de sopa de legumes (EXCETO BATATA, MANDIOCA, MANDIOQUINHA OU ABÓBORA CABOTIÁ) e verduras;

1,5 colheres de sopa de carne ou ovo.

**-Lanche da tarde 1:** leite

**Lanche da tarde 2:** fruta

\*A criança já pode receber alimentos picados na mesma consistência dos alimentos dos maternal. As carnes podem ser desfiadas

### Entre 1 e 2 anos de idade

**-Café da manhã:** leite + fonte de carboidrato (pão, bolo simples ou bolacha)

**-Lanche da manhã:** fruta ou leite

### - Almoço e Jantar:

2 colheres de sopa de arroz, mandioca, batata, mandioquinha ou abóbora cabotiá;

2 colheres de sopa de feijão;

2 colheres de sopa de legumes (EXCETO BATATA, MANDIOCA, MANDIOQUINHA OU ABÓBORA CABOTIÁ) e verduras;

2 colheres de sopa de carne ou ovo.

**Lanche da tarde:** leite + fonte de carboidrato (pão, bolo simples ou bolacha) ou leite + fruta\*  
A criança já pode receber alimentos em pedaços maiores e na mesma consistência dos alimentos dos maternal.

**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: AINA FIORI DEZEM CRN3-48560**