



CRECHES E CMEIs

Cardápio 2º trimestre 2023

ESTADODOPARANÁ PREFEITURAMUNICIPALDEARAPOTI SECRETARIAMUNICIPALDEEDUCAÇÃO E COORDENADORIADEALIMENTAÇÃOESCOLAR		Maio 02/05 a 05/05 15/05 a 19/05 29/05 a 02/06	Junho 12/06 a 16/06 26/06 a 30/06	Julho 24/07/ a 28/07	Agosto 07/08a11/08 21/08 a 25/08	Nutricionista: Rosemeire Rodrigues CRN-8:179/22-S
--	--	--	--	--------------------------------	---	--

CARDÁPIO BERÇÁRIO-CRECHE SECMEIs (04 a 11 MESES) - 2023

Dias/Refeição/Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
ALMOÇO	Ovos mexidos ou cozidos Macarrão com caldo de feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Filé de frango picadinho Arroz / feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Polenta com carne moída ao molho + Arroz OU feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Carne bovina cozida com batatas Arroz/ Feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Purê de legumes com molho de frango desfiado Arroz/ Feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária
LANCHE	Mingau de aveia	Sopinha de bolacha	Banana amassada com aveia	Purê de maçã	Sopinha de bolacha
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR	Canja (arroz, cenoura e batata picadinhos)	Canjiquinha com carne bovina desfiada Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Sopa de macarrão pai nosso com legumes e ovos (Com a sopa pronta, desligue o fogo e misture os ovos "crús")	Purê de batatas Frango ao molho Arroz / Feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Feijão enriquecido (feijão preto, carne bovina, batata doce e beterraba) Arroz Branco

Consistência da Alimentação Complementar (de acordo com a faixa etária)

Tipos de alimentos	4-5 meses (Pastosa - bem amassada)	6-7 meses (pastosa - amassada)	8-11 meses (Branda - texturamacia)
Carne	Bem cozida e desfiada	Bem cozida e desfiada	Bem cozida em pedaços pequenos / Desfiada
Ovo	Gema bem cozida e amassada	Ovo inteiro (gema clara) - Cozido e amassado	Ovo inteiro (gema clara) - Cozido e picado em pedaços pequenos / Mexido / Omelete em pedaços
Arroz	Papa	Bem cozido	Bem cozido
Feijão	Batido	Amassado	Amassado
Legumes	Bem cozido e bem amassados	Cozido e Amassados	Cozido e picado em pedaços pequenos
Verduras		Bem cozido e bem picadinhas	Bem cozido e bem picadas
Frutas	Bem raspadas ou bem amassadas	Raspadas / Amassadas	Pouco amassadas (com pedacinhos) / Pedacinhos pequenos

OBSERVAÇÕES:

Os alimentos deverão ser preparados e servidos, de acordo com a tabela de consistência, por faixa etária.

Oleite e óleo não deverão ser adoçados.

Oleite deverá ser diluído em água filtrada ou fervida.

Resaltamos que todos os alimentos deverão ser oferecidos ao bebê, SOMENTE quando liberados pelo pai e/ou pediatra e/ou nutricionista.

**** Legumes e verduras devem ser ofertados diariamente, de acordo com cada faixa etária**



Cardápio 2º trimestre 2023

ESTADO DO PARANÁ PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPOTI SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	Maio	Junho	Julho	Agosto	Nutricionista: Rosemeire Rodrigues CRN-8:179/22-S
	08/05 a 12/05 22/05 a 26/05	05/06 a 07/06 19/06 a 23/06	03/07 a 07/07 Férias	31/07 a 04/08 14/08 a 18/08 28/08 a 01/09	

CARDÁPIO BERÇÁRIO-CRECHE 04 a 11 MESES - 2023

Dias/Refeição/Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
DESJEJUM	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
ALMOÇO	Carne bovina cozida com legumes Arroz/ Feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Polenta com molho de carne Arroz OU feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Isclas de frango Arroz + Feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Carne bovina bem cozida Arroz Virado de Feijão Molhadinho Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária	Purê de batatas com molho de frango desfiado Arroz/ Feijão Legumes e verduras de acordo com cada faixa etária
LANCHE	Mingau de aveia	Sopinha de bolacha	Banana amassada com aveia	Purê de maçã	Sopinha de bolacha
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
JANTAR	Omelete enriquecido com verduras picadinhas (ex: espinafre) Arroz/ Feijão	Macarrão pai nosso, carne bovina, feijão batido e cenoura picadinha	Canjiquinha com frango, repolho e cenoura picadinhos	Feijão enriquecido (feijão preto, carne bovina, batata doce e beterraba) Arroz Branco	Creme de fubá com ovos e couve picadinha

Consistência da Alimentação Complementar (de acordo com a faixa etária)

Tipos de alimentos	4-5 meses (Pastosa-bem amassada)	6-7 meses (pastosa-amassada)	8-11 meses (Branda-texturamacia)
Carne	Bem cozida e desfiada	Bem cozida e desfiada	Bem cozida em pedaços pequenos/Desfiada
Ovo	Gema bem cozida e amassada	Ovo inteiro (gema clara) - Cozido e amassado	Ovo inteiro (gema clara) - Cozido e picado em pedaços pequenos/Mexido/Omelete em pedaços
Arroz	Papa	Bem cozido	Bem cozido
Feijão	Batido	Amassado	Amassado
Legumes	Bem cozido e bem amassados	Cozido e Amassados	Cozido e picado em pedaços pequenos
Verduras		Bem cozido e bem picadinhas	Bem cozido e bem picadas
Frutas	Bem raspadas ou bem amassadas	Raspadas/Amassadas	Pouco amassadas (compedacinhos)/Pedaços pequenos

OBSERVAÇÕES:

Os alimentos deverão ser preparados e servidos, de acordo com a tabela de consistência, por faixa etária.

O leite e os sucos não deverão ser adoçados.

O leite deverá ser diluído em água filtrada ou fervida.

Resaltamos que todos os alimentos deverão ser oferecidos ao bebê, SOMENTE quando liberados pelo país e/ou pediatra e/ou nutricionista.

**** Legumes e verduras devem ser ofertados diariamente, de acordo com cada faixa etária**

