

Cardápio – Sementinha do Amanhã

<p>Segunda 03/06/24</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Ovo mexido + Fruta</p> <p>Almoço 11:20h Arroz Feijão Molho de carne moída salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Feijão Molho de carne moída salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Terça 04/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + Queijo</p> <p>Almoço 11:20h Polenta mole com queijo Frango ao molho Salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Polenta mole com queijo Frango ao molho Salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Quarta 05/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Vitamina de Banana + aveia</p> <p>Almoço 11:20h Arroz + Lentilha Carne de Porco salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Lentilha Carne de Porco salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Quinta 06/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite quente batido com cacau + Pão + Fruta</p> <p>Almoço 11:20h Arroz + Feijão Carne com Molho salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Feijão Carne com Molho salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Sexta 07/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite quente batido com cacau + Pão + Fruta</p> <p>Almoço 11:20h Massa com Molho Feijão salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Massa com Molho Feijão salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Segunda 10/06/24</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + Queijo</p> <p>Almoço 11:20h Arroz + Lentilha Frango ao molho Salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Lentilha Frango ao molho OU Leite/Fórmula</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fazer uma parte da preparação utilizando **leite zero lactose** quando houver alunos com intolerância.
A FÓRMULA INFANTIL DEVERÁ SER OFERECIDA PARA CRIANÇAS ATÉ 1 ANO.
Não oferecer fórmula imediatamente após as refeições principais.

Elaborado por: Secretaria Municipal de Educação – Pontão

Nutricionista Jassana M. Floriano **CRN2 12639**

***Cardápio sujeito a alteração com conhecimento da nutricionista**
PROIBIDO ADICIONAR SAL E AÇÚCAR NOS ALIMENTOS. *Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 FNDE
*** As saladas e frutas variam pois dependerão do que estará disponível na produção regional da época**

Cardápio – Sementinha do Amanhã

<p>Segunda 10/06/24</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + Queijo</p> <p>Almoço 11:20h Arroz + Lentilha Frango ao molho Salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Lentilha Frango ao molho OU Leite/Fórmula</p>	<p>Terça 11/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + Queijo</p> <p>Almoço 11:20h Arroz + Feijão Linguiça assada Salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Feijão Linguiça assada Salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Quarta 12/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Vitamina de Banana + aveia</p> <p>Almoço 11:20h Arroz + Feijão Ovo mexido com legumes salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Feijão Ovo mexido com legumes salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Quinta 13/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite quente batido com cacau + Pão + Fruta</p> <p>Almoço 11:20h Arroz + Feijão Carne com Molho salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz + Feijão Carne com Molho salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Sexta 14/06/2024</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite quente batido com cacau + Pão + Fruta</p> <p>Almoço 11:20h Arroz, Batata Doce assada Feijão + Carne de Porco salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Arroz, Batata Doce assada Feijão + Carne de Porco salada OU Leite/Fórmula</p>	<p>Segunda 17/06/24</p> <p>Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + Queijo</p> <p>Almoço 11:20h Polenta + Feijão Frango ao molho Salada</p> <p>Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada</p> <p>Jantar 15:30 Polenta + Feijão Frango ao molho OU Leite/Fórmula</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Fazer uma parte da preparação utilizando leite zero lactose quando houver alunos com intolerância.
A FÓRMULA INFANTIL DEVERÁ SER OFERECIDA PARA CRIANÇAS ATÉ 1 ANO.
Não oferecer fórmula imediatamente após as refeições principais.

Elaborado por: Secretaria Municipal de Educação – Pontão

Nutricionista Jassana M. Floriano **CRN2 12639**

*Cardápio sujeito a alteração com conhecimento da nutricionista

PROIBIDO ADICIONAR SAL E AÇÚCAR NOS ALIMENTOS. *Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 FNDE

* As saladas e frutas variam pois dependerão do que estará disponível na produção regional da época

Cardápio – Sementinha do Amanhã

Segunda 24/06/24	Terça 25/06/2024	Quarta 26/06/2024	Quinta 27/06/2024	Sexta 28/06/2024	Segunda 01/07/24
Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + ovo mexido	Café Manhã 8:30h Leite quente batido com cacau + Pão + Fruta	Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada	Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + Queijo	Café Manhã 8:30h Leite quente batido com cacau + Pão + Fruta	Café Manhã 8:30h Leite ou Fórmula Fruta Amassada Pão + Queijo
Almoço 11:20h Polenta + Feijão Carne ao molho Salada	Almoço 11:20h Arroz + Feijão Frango ao molho Salada	Almoço 11:20h Arroz + Feijão Iscas de carne salada	Almoço 11:20h Arroz + Feijão Carne com Molho salada	Almoço 11:20h Arroz Feijão + Carne de Porco salada	Almoço 11:20h Polenta + Feijão Frango ao molho Salada
Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada	Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada	Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada	Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada	Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada	Lanche 13:30h Fruta Picada ou Amassada
Jantar 15:30 Arroz + Lentilha Frango ao molho OU Leite/Fórmula	Jantar 15:30 Arroz + Feijão Linguíça assada Salada OU Leite/Fórmula	Jantar 15:30 Arroz + Feijão Ovo mexido com legumes salada OU Leite/Fórmula	Jantar 15:30 Arroz + Feijão Carne com Molho salada OU Leite/Fórmula	Jantar 15:30 Arroz, Batata Doce assada Feijão + Carne de Porco salada OU Leite/Fórmula	Jantar 15:30 Polenta + Feijão Frango ao molho OU Leite/Fórmula

Fazer uma parte da preparação utilizando leite zero lactose quando houver alunos com intolerância.
A FÓRMULA INFANTIL DEVERÁ SER OFERECIDA PARA CRIANÇAS ATÉ 1 ANO.
Não oferecer fórmula imediatamente após as refeições principais.

Elaborado por: Secretaria Municipal de Educação – Pontão

Nutricionista Jassana M. Floriano **CRN2 12639**

*Cardápio sujeito a alteração com conhecimento da nutricionista

PROIBIDO ADICIONAR SAL E AÇÚCAR NOS ALIMENTOS. *Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 FNDE

* As saladas e frutas variam pois dependerão do que estará disponível na produção regional da época

**Fazer uma parte da preparação utilizando leite zero lactose quando houver alunos com intolerância.
A FÓRMULA INFANTIL DEVERÁ SER OFERECIDA PARA CRIANÇAS ATÉ 1 ANO.
Não oferecer fórmula imediatamente após as refeições principais.**

Elaborado por: Secretaria Municipal de Educação – Pontão

Nutricionista Jassana M. Floriano **CRN2 12639**

***Cardápio sujeito a alteração com conhecimento da nutricionista**
PROIBIDO ADICIONAR SAL E AÇÚCAR NOS ALIMENTOS. *Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 FNDE
*** As saladas e frutas variam pois dependerão do que estará disponível na produção regional da época**