

CARDÁPIO

DE OUTONO

MAIO - 2022
BERÇÁRIO

SEMANA 1

SEMANA 2

SEMANA 3

SEMANA 4

SEG

02/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO SOPA COM CARNE
MOÍDA E CENOURA COZIDA

FRUTA:
GOIABA

09/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO SOPA COM PEITO DE
FRANGO DESFIADO, MOLHO DE
TOMATE E CENOURA COZIDA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

16/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO SOPA COM CARNE
MOÍDA E CENOURA COZIDA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

23/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
SOPA DE MACARRÃO COM PEITO
DE FRANGO E LEGUMES (BATATA,
CHUCHU E CENOURA)

FRUTA:
MELÃO RASPADO

TER

03/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, BATATA DOCE
COZIDA E AMASSADA, PEITO DE
FRANGO DESFIADO E BETERRABA
COZIDA E AMASSADA

FRUTA:
MAMÃO AMASSADO

10/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, POLENTA COM
CARNE MOÍDA E BETERRABA E
CENOURA COZIDAS E AMASSADAS

FRUTA:
MAMÃO AMASSADO

17/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, CARNE SUÍNA
DESMIADA C/ ABÓBORA COZIDA E
AMASSADA E BETERRABA COZIDA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

24/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, INHAME COZIDO E
AMASSADO COM CARNE MOÍDA,
CENOURA COZIDA E AMASSADA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

QUA

04/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, CARNE BOVINA
DESMIADA C/ CENOURA COZIDA E
TOMATE

FRUTA:
MEXERICA SEM CAROÇO

11/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, CARNE BOVINA
DESMIADA COM ABOBRINHA,
CHUCHU COZIDOS E AMASSADOS,

FRUTA:
MEXERICA SEM CAROÇO

18/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, PEITO DE FRANGO
DESMIADO, BATATA COZIDA E
AMASSADA E TOMATE

FRUTA:
MAMÃO AMASSADO

25/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO, PEITO DE FRANGO
DESMIADO, ABÓBORA COZIDA E
AMASSADA, MOSTARDA
REFOGADA

FRUTA:
BANANA AMASSADA

QUI

05/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), CARNE
SUÍNA DESMIADA C/ CENOURA,
CHUCHU AMASSADOS, COUVE
REFOGADA

FRUTA:
BANANA AMASSADA

12/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA),
SARDINHA COM BATATA COZIDA
E AMASSADA E TOMATE

FRUTA:
BANANA AMASSADA

19/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), CARNE
BOVINA DESMIADA COM
MANDIOCA COZIDA E AMASSADA
E COUVE REFOGADA

FRUTA:
MEXERICA SEM CAROÇO

26/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA),
POLENTA COM FRANGO
DESMIADO E QUIABO, CENOURA
COZIDA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

SEX

06/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + CARNE
BOVINA DESMIADA AO MOLHO DE
TOMATE COM CENOURA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

13/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO COM CARNE
SUÍNA DESMIADA COM COUVE
REFOGADA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

20/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), PEITO
DE FRANGO COZIDO E DESFIADO,
VAGEM E CENOURA COZIDOS

FRUTA:
BANANA AMASSADA

27/05
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA), FEIJÃO
PRETO BATIDO C/ CARNE SUÍNA
DESMIADA, COUVE REFOGADA

FRUTA:
MANGA AMASSADA

30/05: CAFÉ DA MANHÃ: FÓRMULA INFANTIL **REFEIÇÃO:** MACARRÃO SOPA COM CARNE MOÍDA E CENOURA **FRUTA:** MAMÃO AMASSADO

31/05: CAFÉ DA MANHÃ: FÓRMULA INFANTIL **REFEIÇÃO:** CALDO DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA DESMIADA E CHEIRO VERDE **FRUTA:** MAÇÃ RASPADA

*Cardápios sujeitos a alterações

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL

MODALIDADE	KCAL	PROTEÍNA (G)	CORDURA (G)	CARBOIDRATO (G)	SÓDIO (MG)
BERÇÁRIO	194,07	30,80	50,66	116,33	-



PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGOA SANTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Marina Marcolino Braga
Marina Marcolino Braga
Nutricionista
CRM 9 21836