



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
ZONA URBANA



BERÇÁRIO 1
FAIXA ETÁRIA 7 A 11 MESES
OUTUBRO/2023

| 1ª SEMANA | | DESJEJUM 7:30h | COLAÇÃO 9:00h | ALMOÇO 10:45h | ENTRADA 12:30h | LANCHE 14:15h | JANTAR 15:30h |
|-----------|---|-------------------|--|---|-------------------|---|---|
| SEGUNDA | 2 | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA PICADA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO MANDIOCA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | MELÃO PICADINHO | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO MOLHO TOMATE COM CENOURA |
| TERÇA | 3 | MAMADEIRA - LEITE | MAMÃO PICADO | ARROZ /POLENTA MOLE CENOURA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | BANANA RODELAS OU AMASSADA COM AVEIA | SOPA CANJA BATATA E CENOURA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE |
| QUARTA | 4 | MAMADEIRA - LEITE | BANANA RODELAS OU AMASSADA COM AVEIA | SOPA CANJA BATATA E CENOURA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | MAMÃO PICADO | ARROZ /POLENTA MOLE CENOURA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE |
| QUINTA | 5 | MAMADEIRA - LEITE | MELÃO PICADO | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO MOLHO TOMATE COM CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE MAÇÃ | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO BATATA E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |
| SEXTA | 6 | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE MAÇÃ | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO BATATA E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA PICADA | ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO MOLHO TOMATE COM CENOURA |

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

AS FRUTAS DEVEM SER AMASSADAS COM GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

PREPARAÇÃO À BASE DE CEREAIS, LEGUMES, VERDURAS, OVO E CARNE DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

CARDÁPIO ELABORADO DE ACORDO COM AS RECOMENDAÇÕES DA RESOLUÇÃO 6/2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA MENORES DE 2 ANOS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE


Rebeca Vieira Silva
Nutricionista – CRN-3060938/SP
UGM Educação Várzea Paulista

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

| Calorias (Kcal) | Prot (g) | Lipídeos (g) | Carboidrato (g) | Vitamina A (mcg) | Vitamina C (mg) | Cálcio (mg) | Ferro (mg) |
|-----------------|----------|--------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| 640,32 | 28,00 | 23,00 | 82,00 | 428,9 | 26,66 | 482,9 | 2,73 |



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



BERÇÁRIO 1
FAIXA ETÁRIA 7 A 11 MESES
OUTUBRO/2023

| 2ª SEMANA | | DESJEJUM 7:30h | COLAÇÃO 9:00h | ALMOÇO 10:45h | ENTRADA 12:30h | LANCHE 14:15h | JANTAR 15:30h |
|-----------|----|-------------------|--|---|-------------------|--|---|
| SEGUNDA | 9 | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA EM PEDAÇOS | SOPA MACARRAO / CALDO FEIJAO CENOURA REFOGADA CARNE BOVINA EM CUBOS E MOLHO TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | MELÃO PICADO | ARROZ / CALDO DE FEIJAO BATATA DOCE REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA |
| TERÇA | 10 | MAMADEIRA - LEITE | MELÃO PICADO | ARROZ / CALDO FEIJAO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | SALADA DE FRUTAS (BANANA E MAMÃO AMASSADO) | SOPA MACARRAO / CALDO FEIJAO CENOURA CARNE BOVINA EM CUBOS E MOLHO TOMATE |
| QUARTA | 11 | MAMADEIRA - LEITE | SALADA DE FRUTAS (BANANA E MAMÃO AMASSADO) | ARROZ / CALDO DE FEIJAO BATATA DOCE REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA EM PEDAÇOS | ARROZ / CALDO DE FEIJAO BETERRABA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE |
| QUINTA | 12 | FERIADO NACIONAL | | | | | |
| SEXTA | 13 | PONTO FACULTATIVO | | | | | |

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

AS FRUTAS DEVEM SER AMASSADAS COM GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

PREPARAÇÃO À BASE DE CEREAIS, LEGUMES, VERDURAS, OVO E CARNE DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

CARDÁPIO ELABORADO DE ACORDO COM AS RECOMENDAÇÕES DA RESOLUÇÃO 6/2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA MENORES DE 2 ANOS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE


Rebeca Vieira Silva
Nutricionista – CRN-3060938/SP
UGM Educação Várzea Paulista

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

| Calorias (Kcal) | Prot (g) | Lipídeos (g) | Carboidrato (g) | Vitamina A (mcg) | Vitamina C (mg) | Cálcio (mg) | Ferro (mg) |
|-----------------|----------|--------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| 674,61 | 31,00 | 23,00 | 88,00 | 875,72 | 30,19 | 500,73 | 3,61 |



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



BERÇÁRIO 1
FAIXA ETÁRIA 7 A 11 MESES
OUTUBRO/2023

| 3ª SEMANA | | | | | | | |
|------------------------|----|-------------------|-----------------|--|-------------------|-----------------|--|
| HORÁRIOS / DIAS SEMANA | | DESJEJUM 7:30h | COLAÇÃO 9:00h | ALMOÇO 10:45h | ENTRADA 12:30h | LANCHE 14:15h | JANTAR 15:30h |
| SEGUNDA | 16 | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA PICADA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE MAÇÃ | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |
| TERÇA | 17 | MAMADEIRA - LEITE | MAMÃO AMASSADO | SOPA DE MACARRÃO COM ABOBORA E CHUCHU FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE PÊRA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CENOURA E CHUCHU CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE |
| QUARTA | 18 | MAMADEIRA - LEITE | BANANA AMASSADA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | MAMÃO AMASSADO | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO MANDIOQUINHA E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |
| QUINTA | 19 | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE PÊRA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CENOURA E CHUCHU CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | BANANA AMASSADA | SOPA DE MACARRÃO COM ABOBORA E CHUCHU FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE |
| SEXTA | 20 | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE MAÇÃ | SOPA CANJA DE LEGUMES COM CENOURA E CHUCHU FRANGO EM TIRAS TOMATE E CHEIRO VERDE | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA PICADA | ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

AS FRUTAS DEVEM SER AMASSADAS COM GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

PREPARAÇÃO À BASE DE CEREAIS, LEGUMES, VERDURAS, OVO E CARNE DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

CARDÁPIO ELABORADO DE ACORDO COM AS RECOMENDAÇÕES DA RESOLUÇÃO 6/2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA MENORES DE 2 ANOS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE


Rebeca Vieira Silva
Nutricionista – CRN-3060938/SP
UGM Educação Várzea Paulista

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

| Calorias (Kcal) | Prot (g) | Lipídeos (g) | Carboidrato (g) | Vitamina A (mcg) | Vitamina C (mg) | Cálcio (mg) | Ferro (mg) |
|-----------------|----------|--------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| 673,00 | 31,00 | 24,00 | 86,00 | 531,22 | 23,82 | 531,22 | 2,88 |



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



BERÇÁRIO 1
FAIXA ETÁRIA 7 A 11 MESES
OUTUBRO/2023

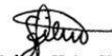
| 4ª SEMANA | | | | | | | |
|------------------------|----|-------------------|-----------------|--|-------------------|-----------------|--|
| HORÁRIOS / DIAS SEMANA | | DESJEJUM 7:30h | COLAÇÃO 9:00h | ALMOÇO 10:45h | ENTRADA 12:30h | LANCHE 14:15h | JANTAR 15:30h |
| SEGUNDA | 23 | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA PICADA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE MAÇÃ | SOPA DE MACARRÃO COM ABOBRINHA E CENOURA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE |
| TERÇA | 24 | MAMADEIRA - LEITE | BANANA AMASSADA | SOPA DE MACARRÃO COM ABOBRINHA E CENOURA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | MAMÃO AMASSADO | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |
| QUARTA | 25 | MAMADEIRA - LEITE | MAMÃO AMASSADO | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO BETERRABA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE PÊRA | RISOTO DE LEGUMES VAGEM E CENOURA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE |
| QUINTA | 26 | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE MAÇÃ | RISOTO DE LEGUMES VAGEM E CENOURA FRANGO DESFIADO MOLHO DE TOMATE | MAMADEIRA - LEITE | MELANCIA PICADA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |
| SEXTA | 27 | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE PÊRA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | BANANA AMASSADA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO BETERRABA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

AS FRUTAS DEVEM SER AMASSADAS COM GARNO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

PREPARAÇÃO À BASE DE CEREAIS, LEGUMES, VERDURAS, OVO E CARNE DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

CARDÁPIO ELABORADO DE ACORDO COM AS RECOMENDAÇÕES DA RESOLUÇÃO 6/2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA MENORES DE 2 ANOS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE


Rebeca Vieira Silva
Nutricionista – CRN-3060938/SP
UGM Educação Várzea Paulista

| Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE | | | | | | | |
|---|----------|--------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| Calorias (Kcal) | Prot (g) | Lipídeos (g) | Carboidrato (g) | Vitamina A (mcg) | Vitamina C (mg) | Cálcio (mg) | Ferro (mg) |
| 648,08 | 29,00 | 22,00 | 85,00 | 359,31 | 23,38 | 488,52 | 2,77 |



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



BERÇÁRIO 1
FAIXA ETÁRIA 7 A 11 MESES
OUTUBRO/2023

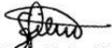
| 5ª SEMANA | | | | | | | |
|------------------------|----|-------------------|--|---|-------------------|---------------|---|
| HORÁRIOS / DIAS SEMANA | | DESJEJUM 7:30h | COLAÇÃO 9:00h | ALMOÇO 10:45h | ENTRADA 12:30h | LANCHE 14:15h | JANTAR 15:30h |
| SEGUNDA | 30 | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE MAÇÃ | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO MOLHO TOMATE COM CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | MELÃO PICADO | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO BATATA DOCE REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA |
| TERÇA | 31 | MAMADEIRA - LEITE | BANANA RODELAS OU AMASSADA COM AVEIA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO BATATA DOCE REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA | MAMADEIRA - LEITE | PAPA DE PÊRA | ARROZ / CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO MOLHO TOMATE COM CENOURA |
| QUARTA | | | | | | | |
| QUINTA | | | | | | | |
| SEXTA | | | | | | | |

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

AS FRUTAS DEVEM SER AMASSADAS COM GARNO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

PREPARAÇÃO À BASE DE CEREAIS, LEGUMES, VERDURAS, OVO E CARNE DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ

CARDÁPIO ELABORADO DE ACORDO COM AS RECOMENDAÇÕES DA RESOLUÇÃO 6/2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA MENORES DE 2 ANOS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE


Rebeca Vieira Silva
Nutricionista – CRN-3060938/SP
UGM Educação Várzea Paulista

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

| Calorias (Kcal) | Prot (g) | Lipídeos (g) | Carboidrato (g) | Vitamina A (mcg) | Vitamina C (mg) | Cálcio (mg) | Ferro (mg) |
|-----------------|----------|--------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| 715,14 | 30,00 | 23,00 | 98,00 | 1174,72 | 11,3 | 491,03 | 3,28 |