



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		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		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