



Prefeitura Municipal de Guarulhos
Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - JUNHO/2022 **CRECHE (de 6 a 12 meses)**



Adequar a consistência dos alimentos de acordo com a idade (arroz papa, caldo de feijão, carnes desfiadas/móidas, legumes (de preferência cozidos) e frutas amassadas ou raspadas).

LANCHE	NESTOGENO 2 (NÃO OFERECER LEITE DE VACA)
REFEIÇÃO E FRUTA	ALIMENTOS DE ACORDO COM O CARDÁPIO PRINCIPAL E COM ALTERAÇÕES DE CORTES E CONSISTÊNCIAS

***** ATENÇÃO***** ALUNOS MENORES DE 6 MESES DE IDADE DEVEM CONSUMIR NESTOGENO 1 NO LANCHE E PASSAR POR ATENDIMENTO NUTRICIONAL, A GESTÃO ESCOLAR DEVE SOLICITAR ATRAVÉS DO E-MAIL: NAE@EDUCACAO.GUARULHOS.SP.GOV.BR

Aline Mendonça Pereira - Chefe de Seção Técnica de Nutrição - CRN-3:26.741

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3:5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - JUNHO/2022
ESCOLAS PARCEIRAS - PERÍODO INTEGRAL

	QUARTA		QUINTA	SEXTA
	01/jun		02/jun	03/jun
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)			VITAMINA DE BANANA BISCOITO	LEITE MAÇÃ SUCO DE UVA 100% ORGÂNICO BISNAGUINHA INTEGRAL C/ CREME VEGETAL
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)			FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)			ARROZ COM CENOURA FEIJÃO FRANGO COM ERVAS	MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO BOLONHESA MELANCIA ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COM CENOURA
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)			LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO BANANA PICADA C/ AVEIA E CANELA
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)			ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA PURÊ DE BATATA

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Aline Mendonça Pereira - Chefe de Seção Técnica de Nutrição - CRN-3:26.741

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3:5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - JUNHO/2022
ESCOLAS PARCEIRAS - PERÍODO INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/jun	07/jun	08/jun	09/jun	10/jun
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	BANANA C/ AVEIA E CANELA	VITAMINA MISTA (POLPA) BATIDA C/UVA PASSA* BISCOITO	LEITE PÃO DE LEITE C/ CREME VEGETAL
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FÍGADO ACEBOLADO COM BATATA DOCE	ARROZ LENTILHA FRANGO COM AÇAFRÃO SALADA DE CHUCHU	ARROZ FEIJÃO SALADA DE BATATA COM ATUM E SALSAS MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PRETO MARAVILHA (COM CARNE EM CUBOS) FAROFA BANANA	MACARRÃO DE ARROZ À BOLONHESA DE FRANGO SUCO DE CAIXINHA 100% INTEGRAL
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE BISCOITO	LEITE BISNAGUINHA INTEGRAL	LEITE BISCOITO	MINGAU DE MAISENA E CANELA	LEITE BISCOITO
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FÍGADO PURÊ DE BATATA DOCE	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO	SOPA DE LENTILHA C/CARNE E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO ACELGA REFOGADA

*** HIDRATAÇÃO DA UVA PASSA**

1. Coloque as uvas passas secas em uma panela pequena.
2. Cubra-as com água fria e leve a panela ao fogo.
3. Deixe ferver em fogo médio. Retire do fogo assim que a água começar a ferver e deixe descansar por aproximadamente 20 minutos. Despeje o conteúdo da panela em um coador ou peneira para escorrer a água.
4. Usar as uvas passas para bater na vitamina de polpa.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Aline Mendonça Pereira - Chefe de Seção Técnica de Nutrição - CRN-3:26.741

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3:5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - JUNHO/2022
ESCOLAS PARCEIRAS - PERÍODO INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/jun	14/jun	15/jun	16/jun	17/jun
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	MINGAU DE BANANA E AVEIA C/CANELA	LEITE BISCOITO	VITAMINA DE MAMÃO(POLPA) C/ UVA PASSA* BISCOITO		
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ FEIJÃO FRANGO À PIZZAIOLO (concentrado e orégano)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA MAÇÃ	MACARRÃO COLORIDO AO MOLHO DE FRANGO E MANJERICÃO BANANADA		
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE BISCOITO	LEITE PÃO DE LEITE	LEITE BISCOITO		
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CHUCHU	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM CENOURA	SOPA DE FUBÁ C/ CARNE MOIDA		

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Aline Mendonça Pereira - Chefe de Seção Técnica de Nutrição - CRN-3:26.741

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3:5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
 Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
 Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - JUNHO/2022
ESCOLAS PARCEIRAS - PERÍODO INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/jun	21/jun	22/jun	23/jun	24/jun
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	LEITE MINI BOLO	MINGAU DE MAISENA C/ CANELA	SUCO DE CAIXINHA 100% INTEGRAL BISCOITO	LEITE PÃO DE LEITE C/ GELÉIA	LEITE BISCOITO
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	SUCO INTEGRAL	SUCO DE POLPA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ COM AÇAFRÃO FEIJÃO FRANGO REFOGADO ABÓBORA SAUTÉ	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM TOQUE DE MANJERICÃO	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE ACELGA REFOGADA	MACARRÃO INTEGRAL C/MOLHO DE ATUM BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA POLENTA
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	MINGAU DE BANANA C/ AVEIA E CANELA	LEITE BISCOITO	LEITE MAÇÃ
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ FEIJÃO FRANGO PURE DE ABÓBORA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ACELGA	ARROZ FEIJÃO CARNE COZIDA SALADA DE CHUCHU

*** HIDRATAÇÃO DA UVA PASSA**

1. Coloque as uvas passas secas em uma panela pequena.
2. Cubra-as com água fria e leve a panela ao fogo.
3. Deixe ferver em fogo médio. Retire do fogo assim que a água começar a ferver e deixe descansar por aproximadamente 20 minutos. Despeje o conteúdo da panela em um coador ou peneira para escorrer a água.
4. Usar as uvas passas para bater na vitamina de polpa.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Aline Mendonça Pereira - Chefe de Seção Técnica de Nutrição - CRN-3:26.741

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3:5.801



Prefeitura Municipal de Guarulhos
Secretaria de Educação - Departamento de Planejamento da Educação
Divisão Técnica de Alimentação Escolar - Seção Técnica de Nutrição

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - JUNHO/2022
ESCOLAS PARCEIRAS - PERÍODO INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
	27/jun	28/jun	29/jun	30/jun
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	MINGAU DE BANANA C/ AVEIA E CANELA	LEITE C/CANELA BISCOITO	IOGURTE BISCOITO	LEITE BISNAGUINHA COM GELÉIA
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE MAÇÃ	ARROZ LENTILHA FRANGO COM AÇAFRÃO	ARROZ FEIJÃO FÍGADO ACEBOLADO COM BATATA TANGERINA	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE E LEGUMES MAÇÃ
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE PÃO DE LEITE	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	BANANA PICADA C/ AVEIA E CANELA
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO FRANGO PURE DE BATATA DOCE	SOPA DE LENTILHA C/CARNE E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FÍGADO PURE DE BATATA

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Aline Mendonça Pereira - Chefe de Seção Técnica de Nutrição - CRN-3:26.741

Marcia Maria Féria - Chefe de Divisão / RT- CRN-3:5.801