



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 - AGOSTO/2022 **CRECHE (de 6 a 12 meses)**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/ago	02/ago	03/ago	04/ago	05/ago
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA
ALMOÇO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO PURÊ DE CENOURA SUCO 100% INTEGRAL	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO CUBOS DE CARNE REFOGADO COM REPOLHO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO OVO MEXIDO CUBOS DE BETERRABA COZIDA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA PURÊ DE MANDIOCA BANANA AMASSADA	MACARRÃO COLORIDO COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO E ESPINAFRE MAÇÃ RASPADA
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO
JANTAR	SOPA DE ERVILHA COM CARNE E CENOURA AMASSADOS	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO CHUCHU AMASSADO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO MOIDO COM ABOBRINHA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO OVO COZIDO BETERRABA AMASSADA	PAPA DE ARROZ LENTILHA AMASSADA CARNE COM CENOURA PURÊ DE BATATA DOCE

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 - AGOSTO/2022
CRECHE (de 6 a 12 meses)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	08/ago	09/ago	10/ago	11/ago	12/ago
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA
ALMOÇO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM POLENTA MOLE	PAPA DE ARROZ LENTILHA AMASSADA CARNE REFOGADA PURÊ DE BATATA	PAPA DE ARROZ INTEGRAL CALDO DE FEIJÃO OVO PICADO COM BATATA MAÇÃ RASPADA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PRETO PERNIL DESFIADO COM COUVE BANANADA AMASSADA	MACARRÃO INTEGRAL COM MOLHO DE FRANGO E CENOURA MELÃO EM PEDAÇOS
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO
JANTAR	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FÍGADO AMASSADO PURÊ DE BATATA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PRETO FRANGO DESFIADO CHUCHU COZIDO	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E MANDIOQUINHA AMASSADOS	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO OVO MEXIDO CHUCHU AMASSADO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PICADINHO DE PERNIL COM BATATAS AMASSADO

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 - AGOSTO/2022 **CRECHE (de 6 a 12 meses)**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/ago	16/ago	17/ago	18/ago	19/ago
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA
ALMOÇO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA PURÊ DE ABÓBORA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FÍGADO AMASSADO PURÊ DE BATATA	PAPA DE ARROZ COM CENOURA CALDO DE FEIJÃO OVO MEXIDO	PAPA DE ARROZ FRANGO DESFIADO CALDO DE FEIJÃO MAÇÃ RASPADA	MACARRÃO COM MOLHO DE PTS E LEGUMES PICADINHOS MEXERICA PICADA
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO
	PAPA DE ARROZ COM CENOURA CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA	PAPA DE ARROZ INTEGRAL CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO PURÊ DE ABÓBORA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO OVO PICADO COM BATATA	SOPA CREMOSA DE FUBÁ E FRANGO DESFIADO

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 - AGOSTO/2022
CRECHE (de 6 a 12 meses)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/ago	23/ago	24/ago	25/ago	26/ago
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA
ALMOÇO	MACARRÃO COLORIDO COM MOLHO DE FRANGO E REPOLHO RALADO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO CARNE COZIDA POLENTA MOLE	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO OVO PICADO PURÊ DE BATATA BANANA AMASSADA	PAPA DE ARROZ LENTILHA AMASSADA FRANGO DESFIADO PURÊ DE CENOURA SUCO 100% INTEGRAL	PAPA DE ARROZ INTEGRAL CALDO DE FEIJÃO CARNE MOIDA PURÊ DE MANDIOQUINHA
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO
JANTAR	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO PURÊ DE BATATA	PAPA DE ARROZ COM AÇAFRÃO CALDO DE FEIJÃO FRANGO COZIDO PURÊ DE CENOURA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PRETO TIRAS DE CARNE COM ABÓBORA AMASSADA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO OVO MEXIDO COM CENOURA BANANA AMASSADA	SOPA DE LENTILHA COM FRANGO E BATATA BANANA AMASSADA

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 - AGOSTO/2022
CRECHE (de 6 a 12 meses)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/ago	30/ago	31/ago		
LANCHE DA MANHÃ	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL		
FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA	PURÊ DE FRUTA		
ALMOÇO	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM TOMATE MAÇÃ RASPADA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO COM ABÓBORA AMASSADA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA COM COUVE		
LANCHE DA TARDE	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO	FÓRMULA INFANTIL DE SEGMENTO		
JANTAR	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO CARNE MOIDA PURÊ DE BATATA DOCE	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO CARNE REFOGADA COM ACELGA	PAPA DE ARROZ CALDO DE FEIJÃO FRANGO COZIDO BETERRABA COZIDA		

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



CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - AGOSTO/2022
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

	SEGUNDA 01/ago	TERÇA 02/ago	QUARTA 03/ago	QUINTA 04/ago	SEXTA 05/ago
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	SUCO DE CAIXINHA 100% INTEGRAL BISCOITO	LEITE COM CANELA BISCOITO	MINGAU DE BANANA, AVEIA E CANELA	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO	LEITE COM GELÉIA* BISNAGUINHA INTEGRAL
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ COM CENOURA FEIJÃO FRANGO REFOGADO CHUCHU COZIDO COM SALSA	ARROZ FEIJÃO CUBOS DE CARNE REFOGADO COM REPOLHO	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA COM MANDIOCA BANANA	MACARRÃO COLORIDO À BOLONHESA DE FRANGO COM ESPINAFRE MAÇÃ
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE BISCOITO	LEITE PÃO DE LEITE	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE BISCOITO	ABACATE COM LEITE EM PÓ
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	SOPA DE ERVILHA COM CARNE E CENOURA	ARROZ COM AÇAFRÃO FEIJÃO FRANGO COZIDO	ARROZ FEIJÃO FRANGO MOIDO COM ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ LENTILHA COM CENOURA CARNE COM BATATA DOCE

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

* A GELÉIA PODERÁ SER UTILIZADA PARA ADOÇAR O LEITE **OU** SER PASSADA NO PÃO



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 - AGOSTO/2022
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	08/ago	09/ago	10/ago	11/ago	12/ago
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE BISCOITO	BANANA COM AVEIA E CANELA	LEITE PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL	VITAMINA DE MORANGO (POLPA) COM UVA PASSA* BISCOITO
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM POLENTA	ARROZ LENTILHA CARNE REFOGADA BATATA SAUTÉ	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE OVO COM BATATAS E SALSAS MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PRETO MARAVILHA COM PERNIL EM CUBOS FAROFAS DE COUVE BANANADA	MACARRÃO INTEGRAL COM MOLHO DE ATUM E CENOURA SALADA DE ALFACE CRESPA MELÃO
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE BISCOITO	LEITE BISNAGUINHA	LEITE BISCOITO	MINGAU DE BANANA COM AVEIA	LEITE COM CANELA BISCOITO
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ FEIJÃO MOIDA DE FRANGO COM BATATA E AÇAFRÃO	ARROZ FEIJÃO PRETO FRANGO COZIDO CHUCHU NA SALSAS	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE CHUCHU COM SALSAS	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE PERNIL COM BATATAS

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 - AGOSTO/2022
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/ago	16/ago	17/ago	18/ago	19/ago
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	LEITE BISCOITO	SUCO DE UVA 100% INTEGRAL BISCOITO	MAMÃO COM LEITE EM PÓ	LEITE COM CANELA BISNAGA	MINGAU DE MAISENA COM GELÉIA*
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA COM ABÓBORA	ARROZ FEIJÃO FÍGADO ACEBOLADO BATATA SAUTÉ	ARROZ COM CENOURA FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE ALFACE AMERICANA E TOMATE	ARROZ FRANGO REFOGADO PURÊ DE ERVILHA MAÇÃ	MACARRÃO COM MOLHO DE PTS E LEGUMES (ABOBRINHA, CENOURA) MEXERICA
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE PÃO DE LEITE	LEITE BISCOITO	LEITE COM CANELA BISCOITO	LEITE BISCOITO	VITAMINA DE MAMÃO BISCOITO
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ COM CENOURA FEIJÃO FRANGO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM ABÓBORA	ARROZ FEIJÃO SALADA DE OVO COM BATATA	SOPA CREMOSA DE FUBÁ E FRANGO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

* A GELÉIA PODERÁ SER UTILIZADA PARA ADOÇAR O MINGAU

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 - AGOSTO/2022
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/ago	23/ago	24/ago	25/ago	26/ago
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	VITAMINA DE GOIABA (POLPA) COM UVA PASSA* BISCOITO	LEITE BISCOITO	MINGAU DE BANANA AVEIA E CANELA	LEITE COM CANELA PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL	LEITE BISCOITO
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	MACARRÃO COLORIDO COM MOLHO DE ATUM SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO TIRAS DE CARNE COZIDA POLENTA MOLE	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO COM BATATA E SALSA MAÇÃ	ARROZ LENTILHA FRANGO COM CENOURA SUCO DE CAIXINHA 100% INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM MANDIOQUINHA FAROFA DE AVEIA*
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE COM CANELA BISNAGA	LEITE BISCOITO	LEITE BISCOITO	BANANA AMASSADA COM AVEIA E CANELA	LEITE BISCOITO
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA	ARROZ COM AÇAFRÃO FEIJÃO FRANGO COZIDO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO PRETO TIRAS DE CARNE COM ABÓBORA	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO COM CENOURA	SOPA DE LENTILHA COM FRANGO E BATATA BANANA

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 - AGOSTO/2022
CRECHE - PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/ago	30/ago	31/ago		
LANCHE DA MANHÃ (HORÁRIO SUGERIDO: 7:00)	LEITE MAÇÃ	IOGURTE BISCOITO	MINGAU DE MAISENA COM GELÉIA* E CANELA		
FRUTA (HORÁRIO SUGERIDO: 9:30)	FRUTA	FRUTA	FRUTA		
ALMOÇO (HORÁRIO SUGERIDO: 11:30)	ARROZ FEIJÃO (OPCIONAL) STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ABÓBORA	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA FAROFÁ DE OVO COM COUVE		
LANCHE DA TARDE (HORÁRIO SUGERIDO: 14:00)	LEITE BISCOITO	LEITE COM CANELA PÃO DE LEITE	LEITE BISCOITO		
JANTAR (HORÁRIO SUGERIDO: 16:00)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA DOCE	ARROZ FEIJÃO CARNE REFOGADA COM ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM ORÉGANO BETERRABA COZIDA		

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

* A GELÉIA PODERÁ SER UTILIZADA PARA ADOÇAR O MINGAU

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 - AGOSTO/2022
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/ago	02/ago	03/ago	04/ago	05/ago
LANCHE	SUCO DE CAIXINHA 100% INTEGRAL BISCOITO	LEITE C/CHOCOLATE BISCOITO	MINGAU DE BANANA, AVEIA E CANELA	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO	LEITE COM GELÉIA* BISNAGUINHA INTEGRAL
REFEIÇÃO	ARROZ COM CENOURA FEIJÃO FRANGO REFOGADO CHUCHU COZIDO COM SALSA	ARROZ FEIJÃO CUBOS DE CARNE REFOGADO COM REPOLHO	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA COM MANDIOCA BANANA	MACARRÃO COLORIDO À BOLONHESA DE FRANGO COM ESPINAFRE MAÇÃ

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

* A GELÉIA PODERÁ SER UTILIZADA PARA ADOÇAR O LEITE **OU** PASSADA NO PÃO



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 - AGOSTO/2022
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

	SEGUNDA 08/ago	TERÇA 09/ago	QUARTA 10/ago	QUINTA 11/ago	SEXTA 12/ago
LANCHE	LEITE C/CHOCOLATE BISCOITO	LEITE BISCOITO	BANANA COM AVEIA E CANELA	LEITE PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL	VITAMINA DE MORANGO (POLPA) COM UVA PASSA* BISCOITO
REFEIÇÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM POLENTA	ARROZ LENTILHA CARNE REFOGADA BATATA SAUTÉ	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO SALADA DE OVO COM BATATAS E SALSA MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PRETO MARAVILHA COM PERNIL EM CUBOS FAROFA DE COUVE BANANADA	MACARRÃO INTEGRAL COM MOLHO DE ATUM E CENOURA SALADA DE ALFACE CRESPA MELÃO

*** HIDRATAÇÃO DA UVA PASSA**

1. Coloque as uvas passas secas em uma panela pequena.
2. Cubra-as com água fria e leva 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 - AGOSTO/2022
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

	SEGUNDA 15/ago	TERÇA 16/ago	QUARTA 17/ago	QUINTA 18/ago	SEXTA 19/ago
LANCHE	LEITE BISCOITO	SUCO DE UVA 100% INTEGRAL BISCOITO	MAMÃO COM LEITE EM PÓ	LEITE C/CHOCOLATE BISNAGA	MINGAU DE MAISENA COM GELÉIA*
REFEIÇÃO	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA COM ABÓBORA	ARROZ FEIJÃO FÍGADO ACEBOLADO BATATA SAUTÉ	ARROZ COM CENOURA FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE ALFACE AMERICANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO MAÇÃ	MACARRÃO COM MOLHO DE PTS E LEGUMES (ABOBRINHA, CENOURA) MEXERICA

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

* A GELÉIA PODERÁ SER UTILIZADA PARA ADOÇAR O MINGAU

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 - AGOSTO/2022
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

	SEGUNDA 22/ago	TERÇA 23/ago	QUARTA 24/ago	QUINTA 25/ago	SEXTA 26/ago
LANCHE	VITAMINA DE GOIABA (POLPA) COM UVA PASSA* BISCOITO	LEITE BISCOITO	MINGAU DE BANANA AVEIA E CANELA	LEITE C/CHOCOLATE PÃO DE LEITE COM CREME VEGETAL	LEITE PÃO DE MEL
REFEIÇÃO	MACARRÃO COLORIDO COM MOLHO DE ATUM SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO TIRAS DE CARNE COZIDA POLENTA MOLE	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO COM BATATA E SALSA MAÇÃ	ARROZ LENTILHA FRANGO COM CENOURA SUCO DE CAIXINHA 100% INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA COM MANDIOQUINHA FAROFA DE AVEIA*

*** HIDRATAÇÃO DA UVA PASSA**

1. Coloque as uvas passas secas em uma panela pequena.
2. Cubra-as com água fria e leva 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

*** FAROFA DE AVEIA**

1. Refogue o alho e a cebola, acrescente a aveia em flocos e mexa bem. Por último adicione o sal e a salsinha picada.

* Pode acrescentar também cenoura ralada e ovo



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 - AGOSTO/2022
PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

	SEGUNDA 29/ago	TERÇA 30/ago	QUARTA 31/ago	QUINTA	SEXTA
LANCHE	LEITE MAÇÃ	IOGURTE BISCOITO	MINGAU DE MAISENA COM GELÉIA* E CANELA		
REFEIÇÃO	ARROZ FEIJÃO (OPCIONAL) STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO TILÁPIA COM BATATAS, TOMATE E PIMENTÃO	ARROZ FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA FAROFA DE OVO COM COUVE		

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

* A GELÉIA PODERÁ SER UTILIZADA PARA ADOÇAR O MINGAU

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

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