ESTADO DE SANTA CATARINA
PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA
CNPJ/MF 83.102.392/0001-27
Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210

CARDÁPIO BASE FUNDAMENTAL E PRÉ LANCHE 2025



***ETAPA DE ENSINO** (Pré-Escola e Ensino Fundamental I e II)*
***ZONA** (urbana e, rural)*
***FAIXA ETÁRIA** (da etapa de ensino correspondente)*
***PERÍODO** (parcial e integral)*
***UNIDADES/ESCOLAS**: - DRÁUSIO CELESTINO CUNHA
- FREI ANDRÉ MALINSKI
- TIA CHIQUINHA

<u>*Orientações quanto aos cardápios segundo a Resolução nº. 06, de 08 de maio de 2020:</u>
Art. 18
§1º. E 2º. I – frutas in natura, no mínimo, 2 dias por semana período parcial e 4 dias por semana no período integral.
II – hortaliças, no mínimo, 3 dias por semana no período parcial e 5 dias por semana no período integral.
§3º. As bebidas à base de frutas não substituem a obrigatoriedade da oferta de frutas in natura.
§4º. É obrigatória a inclusão de alimentos fonte de ferro heme no mínimo 4 (quatro) dias por semana nos cardápios escolares. Os alimentos fontes de ferro heme são as carnes e ovos, portanto, a estrutura do cardápio para alunos em período parcial passou a ser na maioria das vezes de 4 vezes na semana preparações salgadas e 1 vez na semana a preparação doce.
"§6º III. Bebidas lácteas com aditivos ou <u>adoçados</u> a, no máximo 1 vez por mês para período parcial e 2 vezes por mês para período integral.
IV. Biscoito, bolacha, pão ou bolo a, no máximo 2 vezes por semana quando ofertada 1 refeição, em período parcial; 3 vezes por semana quando ofertada duas refeições ou mais, em período parcial; e a, no máximo, 7 vezes por semana quando ofertada 3 refeições ou mais, em período integral.
V. Doce (tipo doce de fruta) a, no máximo, 1 vez por mês.
VI. Preparações regionais doces a, no máximo 2 vezes por mês em período parcial e 1 vez por semana em período integral.

***Art. 22. ALIMENTOS PROIBIDOS:** alimentos e bebidas ultraprocessados: refrigerantes e refrescos artificiais, bebidas ou concentrados à base de xarope de guaraná ou groselha, chás prontos para consumo e outras bebidas similares, cereais com aditivo ou adoçado, balas e similares, confeito, bombom, chocolate em barra e granulado, biscoito ou bolacha recheada, bolo com cobertura ou recheio, barra de cereal com aditivo ou adoçados, gelados comestíveis tipo geladinho, algodão doce, sorvetes, picolés, , gelatina, tempero com glutamato monossódico ou sais sódicos, maioneses e alimentos em pó ou para reconstituição (exceto leite em pó).*

* Os cardápios são elaborados levando-se em consideração a sazonalidade dos alimentos, podendo estes, mesmo assim, sofrer alterações, de acordo com mudanças nas entregas dos fornecedores e grau de maturação de frutas, verduras/legumes.

*** Pela manhã antes do início das aulas servir diariamente biscoito (variado todo dia) e leite, iogurte, fruta, pão (conforme a necessidade, disponibilidade, aceitação e condições alimentares especiais dos alunos.**

<u>OBS: alunos com necessidades alimentares especiais comprovadas mediante laudo/atestado médico possuem alimentação adaptada de acordo com estes.</u>

ALIMENTOS/PREPARAÇÕES DISPONÍVEIS

<u>FRUTAS DISPONÍVEIS:</u> ABACATE, ABACAXI, BANANA, CAQUI, CARAMBOLA, GOIABA, LARANJA, LIMÃO, MAÇÃ, MAMÃO, MANGA, MARACUJÁ, MELANCIA, MELÃO, MORANGO, PERA, MIMOSA OU SIMILAR, KIWI, UVA. ALÉM DA SAFRA DOS ALIMENTOS OS MESMOS SERÃO SERVIDOS DE ACORDO COM AS ENTREGAS DOS FORNECEDORES E GRAU DE MATURAÇÃO DOS MESMOS.
PREPARAÇÕES COM FRUTAS: FRUTAS ASSADAS COM CREME COMO BANANA, MAÇÃ. SMOTHIES, DANONINHO DE BATATA DOCE E MORANGO, VITAMINAS, SALADA DE FRUTAS, PAVÊ.
<u>VERDURAS/LEGUMES DISPONÍVEIS:</u> ABÓBORA CABOTIÁ, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA VERDE, ACELGA, AGRIÃO, ALFACE AMERICANA, ALFACE ROXA, ALFACE CRESPA/LISA, BATATA INGLESA, BATATA DOCE, BATATA SALSA, BERINJELA, BETERRABA, BRÓCOLIS, CEBOLA, CENOURA, CHUCHU, COUVE-FLOR, COUVE-MANTEIGA, ESPINAFRE, MILHO VERDE EM ESPIGA, PEPINO IN NATURA, PIMENTÃO VERDE/AMARELO/VERMELHO, REPOLHO ROXO/VERDE, TEMPERO VERDE, TOMATE, VAGEM, RABANETE, NABO, RÚCULA.
<u>PROTEÍNAS ANIMAIS DISPONÍVEIS:</u> CARNES BOVINA EM CUBOS, MOÍDA, CARNE SUÍNA EM CUBOS, FILÉ DE TILÁPIA, PEITO DE FRANGO, COXA/SOBRECOXA SEM OSSO, MOELA DE FRANGO, QUEIJO, OVOS, ATUM, SARDINHA, LEITES, IOGURTES, MINGAU (DE AVEIA, TAPIOCA), CREMES E PUDINS (CASEIROS).
GRÃOS/PROTEÍNAS VEGETAIS DISPONÍVEIS: FEIJÃO PRETO, FEIJÃO CARIOCA, LENTILHA, GRÃO DE BICO, VIRADO PRETO, VIRADO CARIOCA, GRANOLA, AVEIA, AMENDOIM.
<u>ARROZ:</u> BRANCO E INTEGRAL, COLORIDO (COM LEGUMES/VERDURAS), RISOTO DE FRANGO, RISOTO DE CARNE BOVINA, ARROZ DOCE.
<u>CARBOIDRATOS/ACOMPANHAMENTOS</u>: BATATA INGLESA, BATATA DOCE, BATATA SALSA, AIPIM, PINHÃO, MACARRÃO GRAVATA, PENNE, PARAFUSO, ALETRIA, LETRINHAS, POLENTA, QUIRERA, FAROFAS, TORTAS SALGADAS, EMPADÃO, ESPUMA TOMATE COM CARNE/FRANGO/ATUM/SARDINHA/QUEIJO, QUIBE (CARNE, PEIXE).
<u>BISCOITOS DOCES:</u> CASEIRO, DE MEL, TIPO ROSCA, DE COCO, TIPO MAISENA.
<u>BISCOITO SALGADOS</u>: INTEGRAL, CREAM CRACKER, DE POLVILHO.
<u>CEREAIS/SEMENTES:</u> AVEIA, GRANOLA, TAPIOCA, COCO, CANJICA, SAGU (DE UVA, FRUTAS E DE LEITE), SEMENTES (CHIA, LINHAÇA).
<u>TEMPEROS E CONDIMENTOS:</u> CEBOLA, ALHO, SAL, TEMPERO VERDE (SALSA CEBOLINHA), PIMENTÃO VERDE/VERMELHO/AMARELO, PIMENTA DO REINO, CANELA, CRAVO, NOZ MOSCADA, LOURO, ORÉGANO.
<u>BEBIDAS</u>: SUCOS DE FRUTAS NATURAIS E DE UVA INTEGRAL, LEITES, LEITE COM CACAU/CHOCOLATE EM PÓ, VITAMINAS DE FRUTAS, IOGURTES.
<u>PÃES:</u> TIPO CASEIRO E INTEGRAL.
<u>OPÇÕES PARA PASSAR NO PÃO:</u> CARNES AO MOLHO (FRANGO/MOÍDA/CUBOS), PATÊS (FRANGO, ATUM, SARDINHA, RICOTA), REQUEIJÃO, OVOS MEXIDOS, TOMATE, ALFACE, MANTEIGA, DOCE DE FRUTAS TIPO CASEIRO, BANANA REFOGADA, QUEIJO, NATA/CREME LEITE, MEL, MELADO, PIZZA DE PÃO.
<u>BOLOS SEM RECHEIO:</u> CENOURA, LARANJA, BAUNILHA, CACAU, BROWNIE, COCO, BETERRABA, FUBÁ, MAÇÃ.
<u>CUQUES:</u> DE BANANA, DE ABACAXI, DE UVA, DE GOIABA, DE AMENDOIM, DE COCO, DE MAÇÃ, DE MORANGO.
SOPAS/CREMES/CALDOS: CREME BATATA INGLESA, CREME BATATA DOCE, CREME DE MILHO, CREME DE BATATA SALSA, CREME DE AIPIM, CREME DE LENTILHA, CREME DE GRÃO DE BICO.
SOPA DE FEIJÃO, SOPA DE LENTILHA, SOJA DE GRÃO DE BICO, SOPA DE PEIXE, SOPA TIPO CANJA, SOPA DE LEGUMES, SOPA DE MACARRÃO, CALDO VERDE.

JULIANA HERBST NAGANO – NUTRICIONISTA CRN10/1205

ABRIL 2025

COMUNICAR AO SETOR OS CARDÁPIOS REALIZADOS, AS TROCAS E OS ENVIOS DAS FOTOS.

	TERÇA-FEIRA 01	QUARTA-FEIRA 02	QUINTA-FEIRA 03	SEXTA- FEIRA 04
	- Arroz - Feijão - Carne bovina refogada com pimentões - Salada de Brócolis com couve flor - Suco de morango	- Bolo de fubá com coco - Leite - Banana	- Farofa de carne moída e legumes - Salada de alface, agrião e tomate - Suco de melancia	- Salada de frutas (banana, laranja, maçã, uva, mamão, manga, abacaxi) - Creme - Granola
SEGUNDA- FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA- FEIRA 11
- Risoto (frango, cenoura, tomate, cebola) - Salada de chuchu com ervilhas -Suco de abacaxi	- Sopa tipo creme de feijão com cenoura, abobrinha e carne moída - Laranja	- Pão com queijo - Suco de manga com limão	*- Arroz* *- Feijão* *- Carne bovina refogada com cenoura, nabo)* *- Salada de Berinjela refogada e tomate* *- Suco uva*	*- Arroz doce* *- Canela* *- Banana*
SEGUNDA- FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	QUARTA-FEIRA 16	QUINTA-FEIRA 17	SEXTA- FEIRA 18
- Macarrão cozido - Carne moída ao molho de tomate caseiro - Salada de repolho colorido - Maçã	*- Arroz com legumes (cenoura e brócolis e couve flor)* *- Frango refogado com tomate, pimentão e vagem)* *- Salada de acelga com pepino* - Suco natural de cenoura com maracujá	*- Arroz integral* *- Quibe assado* *- Salada tipo tipile (alface, pepino e tomate)* *- Laranja*	*- Bolo/cupcake/muffim de chocolate* *- Leite* *- Amendoim Cri Cri* *Opcionais receitas FNDE E CADERNO FESTIVIDADES* 	FERIADO SEXTA FEIRA SANTA
SEGUNDA- FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24	SEXTA- FEIRA 25
FERIADO TIRADENTES	- Quirera/polenta cozida com carne de porco Espinafre refogado - Salada de Beterraba cozida - Laranja	- Cuque de farofa - Leite com cacau - Caqui	- Espuma de tomate com carne moída e abobrinha, cenoura e vagem - Suco de Morango	- Arroz - Feijão - Frango refogado com aipim e tomate - Salada de Pepino e vagem - Suco de Beterraba com limão
SEGUNDA- FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA 01	SEXTA- FEIRA 02
CONSELHO DE CLASSE INTERCALADO - Biscoito salgado - Leite com cacau - Caqui	CONSELHO DE CLASSE INTERCALADO Sopa tipo creme de aipim com carne moída, brócolis e couve flor - Laranja	- Farofa de carne moída com legumes, cenoura, berinjela, brócolis, tomate - Salada verde mista (alface, agrião e tomate) - Suco de limão	FERIADO DIA DO TRABALHADOR	RECESSO DIA DO TRABALHADOR
SEGUNDA- FEIRA 05	TERÇA-FEIRA 06	QUARTA-FEIRA 07		
- Biscoito doce - Leite - Maçã	Risoto (frango, cenoura, tomate) - Salada de chuchu e cenoura -Suco de abacaxi	*- Pão com omelete e requeijão* *- Suco de uva*		

JULIANA HERBST NAGANO – NUTRICIONISTA CRN10/1205