



PODER EXECUTIVO

Município de Boa Esperança - Estado do Espírito Santo

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA

Rua Presidente Castelo Branco | nº 136 | Centro | Boa Esperança/ES | CEP 29.845-000

Telefone: (27) 3768 1326 | E-mail: educacao@boaesperanca.es.gov.br | www.boaesperanca.es.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR EDUCAÇÃO INFANTIL - HORÁRIO PARCIAL

SERVIÇO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA 01/11
<i>Desjejum</i>					Pão ou Bolo + Leite batido com Cacau
<i>Almoço</i>					Tutu de Feijão + Arroz + Carne moída + vegetais assados (cenoura, abóbora, raízes...)
<i>Refeição tarde</i>					Mingau (Mucilon, Mingau de Aveia ou Mingau de Fubá)
SERVIÇO	SEGUNDA 04/11	TERÇA 05/11	QUARTA 06/11	QUINTA 07/11	SEXTA 08/11
<i>Desjejum</i>	Rosquinhas + Café com Leite	Biscoito + Leite Queimado	Pão ou Bolo + Café com Leite	Biscoito + Chocolate Quente	Mingau de Tapioca
<i>Almoço</i>	Farofa de Cenoura + Carne em cubos refogada + Feijão + Arroz	Arroz Carreteiro (Arroz, Carne em Cubos desfiada, Cebola, Alho, Óleo, Tempero Verde) + Feijão + Salada Crua	Carne de porco grelhada + Salada de Repolho + Feijão + Arroz	Baião de 02 (Arroz, Carne em cubos desfiada, Cebola, Alho, Feijão, Manteiga, Tempero Verde) + Salada Crua	Macarrão colorido (Macarrão parafuso + vegetais em cubos/ralados + Frango desfiado + feijão)
<i>Refeição tarde</i>	Carne em Cubos grelhada + Arroz + Feijão + Salada de Batatas com Ovos Cozidos	“Pela-Égua” – Canjiquinha + Carne em cubos + vegetais em cubos + Salada de Folhas picadas	Macarrão espaguete + Almôndegas + Molho de Tomate	Torta de Frango Com Legumes + Suco	Feijão Tropeiro (Farofa de feijão com ovos mexidos e temperos) + Arroz



PODER EXECUTIVO

Município de Boa Esperança - Estado do Espírito Santo

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA

Rua Presidente Castelo Branco | nº 136 | Centro | Boa Esperança/ES | CEP 29.845-000

Telefone: (27) 3768 1326 | E-mail: educacao@boaesperanca.es.gov.br | www.boaesperanca.es.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR EDUCAÇÃO INFANTIL - HORÁRIO PARCIAL

SERVIÇO	SEGUNDA 11/11	TERÇA 12/11	QUARTA 13/11	QUINTA 14/11	SEXTA 15/11
<i>Desjejum</i>	Biscoito + Fruta + Café com leite	Pão ou Bolo + Suco	Rosquinhas + Leite Queimado	Tubérculo cozido + Suco	FERIADO NACIONAL
<i>Almoço</i>	Arroz Carreteiro (Arroz, Carne em Cubos desfiada, Cebola, Alho, Óleo, Tempero Verde) + Feijão + Salada Crua	Bobó de Frango	Arroz + Feijão + Frango grelhado + Salada crua ralada	Feijão Tropeiro (Farofa de feijão com ovos mexidos e temperos) + Arroz	
<i>Refeição tarde</i>	Farofa de Cenoura + Frango grelhado refogada + Feijão + Arroz	Macarrão colorido (Macarrão parafuso + vegetais em cubos/ralados + frango desfiado + feijão)	Polenta + Carne Moída + Legumes cozidos + Feijão + Arroz	Canjicão com Leite	
SERVIÇO	SEGUNDA 18/11	TERÇA 19/11	QUARTA 20/11	QUINTA 21/11	SEXTA 22/11
<i>Desjejum</i>	Biscoito + Vitamina (Leite batido com frutas)	Rosquinhas + Leite batido com Cacau	FERIADO NACIONAL	Tubérculo cozido + Suco	Pão ou Bolo + Chocolate Quente
<i>Almoço</i>	Carne em Cubos grelhada + Arroz + Feijão + Salada de Batatas com Ovos Cozidos	Baião de 02 (Arroz, Carne em cubos desfiada, Cebola, Alho, Feijão, Manteiga, Tempero Verde) + Salada Crua		Farofa de Cenoura + Frango grelhado refogada + Feijão + Arroz	Polenta + Carne Moída + Legumes cozidos + Feijão
<i>Refeição tarde</i>	Carne suína Grelhada + Arroz + Feijão + Salada de Repolho	Bolo de Banana com Cacau (Receita) + Suco		"Pela-Égua" – Canjiquinha + Carne em cubos + vegetais em cubos + Salada de Folhas picadas	Feijão Tropeiro (Farofa de feijão com ovos mexidos e temperos) + Arroz



PODER EXECUTIVO

Município de Boa Esperança - Estado do Espírito Santo

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA

Rua Presidente Castelo Branco | nº 136 | Centro | Boa Esperança/ES | CEP 29.845-000

Telefone: (27) 3768 1326 | E-mail: educacao@boaesperanca.es.gov.br | www.boaesperanca.es.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR EDUCAÇÃO INFANTIL - HORÁRIO PARCIAL

SERVIÇO	SEGUNDA 25/11	TERÇA 26/11	QUARTA 27/11	QUINTA 28/11	SEXTA 29/11
Desjejum	Biscoito + Fruta + Café com leite	Mingau de Tapioca Com Leite	FERIADO MUNICIPAL	Pão ou Bolo + Leite queimado	Tubérculo cozido + Suco
Almoço	Arroz Carreteiro (Arroz, Carne em Cubos desfiada, Cebola, Alho, Óleo, Tempero Verde) + Feijão + Salada Crua	Macarrão colorido (Macarrão parafuso + vegetais em cubos/ralados + frango desfiado + feijão)		Polenta + Carne Moída + Legumes cozidos + Feijão	“Pela-Égua” – Canjiquinha + Carne em cubos + vegetais em cubos + Salada de Folhas picadas
Refeição tarde	Macarrão espaguete + Almôndegas + Molho de Tomate	Carne em Cubos grelhada + Arroz + Feijão + Salada de Batatas com Ovos Cozidos		Bobó de Frango	Baião de 02 (Arroz, Carne em cubos desfiada, Cebola, Alho, Feijão, Manteiga, Tempero Verde) + Salada Crua



PODER EXECUTIVO
Município de Boa Esperança - Estado do Espírito Santo
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA
Rua Presidente Castelo Branco | nº 136 | Centro | Boa Esperança/ES | CEP 29.845-000
Telefone: (27) 3768 1326 | E-mail: educacao@boaesperanca.es.gov.br | www.boaesperanca.es.gov.br

CARDÁPIO ESCOLAR EDUCAÇÃO INFANTIL - HORÁRIO PARCIAL

OBSERVAÇÕES GERAIS:

- **PROIBIDO USAR ITENS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA OUTROS FINS, OS ALIMENTOS SÃO EXCLUSIVAMENTE PARA OS ALUNOS (LEI Nº 11.947/2009);**
- **PROIBIDO OFERTAR AÇÚCAR PARA CRIANÇAS DE ATÉ 3 ANOS (RESOLUÇÃO Nº 06/2020);**
- **O CARDÁPIO DEVE SER SEGUIDO. SUBSTITUI-LO SOMENTE QUANDO NECESSÁRIO (INFORMAR A DIRETORA E O NUTRICIONISTA);**
- **PARA INTOLERANTES A LACTOSE, OFERECER SUCO NO LUGAR DE LEITE. OU O LEITE ADEQUADO;**
- **NÃO UTILIZAR TEMPERO PRONTO (ALHO + ÓLEO) NAS REFEIÇÕES, PARA QUE NÃO OCORRA A PERDA DAS PROPRIEDADES DO ALHO E EVITE O CONSUMO EM EXCESSO DE ÓLEO.**
- **ESTAR ATENTO AO CONSUMO DO ÓLEO DE SOJA NAS PREPARAÇÕES;**
- **DIVERSIFICAR A SALADA CRUA DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DO DIA (ALFACE, TOMATE, REPOLHO, COUVE...);**
- **DIVERSIFICAR OS LEGUMES DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DO DIA (CENOURA, INHAME, BATATA OU UTILIZAR AGRICULTURA FAMILIAR EX.: AIPIM, ABÓBORA, FRUTA PÃO, INHAME, CARÁ...);**
- **DIVERSIFICAR OS TUBÉRCULOS DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DO DIA (BATATA DOCE, INHAME, AIPIM...);**
- **CASO NECESSÁRIO SUBSTITUIR A SALADA CRUA POR LEGUMES COZIDOS OU VICE-VERSA;**
- **SOBREMESA: OFERTAR FRUTAS DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE OU SAZONALIDADE DO ITEM;**
- **CASO NÃO TENHA A CARNE DO DIA, SUBSTITUIR POR OUTRA OPÇÃO DE PROTEÍNA (COMUNICAR A DIRETORA E O NUTRICIONISTA);**
- **CASO NECESSÁRIO SUBSTITUIR A CANJIQUINHA POR POLENTA OU VICE-VERSA, VISTO QUE OS MESMOS POSSUEM TEXTURAS IGUAIS, SEM PREJUDICAR O VALOR NUTRICIONAL;**
- **CASO NECESSÁRIO SUBSTITUIR O CALDO DE AIPIM POR CALDO DE LEGUMES (ABÓBORA, BATATA, INHAME, FRUTA PÃO...), VISTO QUE OS MESMOS POSSUEM TEXTURAS IGUAIS, SEM PREJUDICAR O VALOR NUTRICIONAL;**
- **A OPÇÃO DO DESJEJUM PODERÁ SER SUBSTITUÍDA POR USO DA AGRICULTURA FAMILIAR (BANANA DA TERRA, AIPIM, BATATA DOCE, BOLO, PÃO...), CASO O ALIMENTO ESTEJA DISPONÍVEL EM GRANDE QUANTIDADE, PARA QUE NÃO OCORRA DESPERDÍCIO DO MESMO;**
- **HORA SAUDÁVEL: CASO NECESSÁRIO SUBSTITUIR A REFEIÇÃO PELA AGRICULTURA FAMILIAR OU VICE-VERSA;**
- **CONSULTAR LIVRO DE RECEITAS DISPONIBILIZADO, CASO NECESSÁRIO PARA REALIZAR AS PREPARAÇÕES;**