Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709,920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

	CARDÁPIO INTEGRAL EDUCAÇÃO INFANTIL 1 E 2 - NOVEMBRO/ 2025					
03/11	04/11	05/11	06/11	07/11		
CAFÉ DA MANHA: LEITE	CAFÉ DA MANHA: LEITE	<b>CAFÉ DA MANHA</b> : LEITE	CAFÉ DA MANHA: LEITE INTEGRAL	CAFÉ DA MANHA: LEITE		
INTEGRAL OU FÓRMULA,	INTEGRAL OU FÓRMULA,	INTEGRAL OU FÓRMULA,	OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO*E	INTEGRAL OU FÓRMULA,		
FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO	FRUTA, PÃO*E MARGARINA	FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO	REQUEIJÃO CASEIRO	FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO		
CASEIRO	*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA	CASEIRO	*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU	CASEIRO		
*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA	OU DOCE	*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU	DOCE	*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA		
OU DOCE		DOCE		OU DOCE		
	ALMOÇO: ARROZ, FEIJÃO, PERNIL		ALMOÇO:			
ALMOÇO: ARROZ, FEIJÃO,	ACEBOLADO	<b>ALMOÇO:</b> : ARROZ, FEIJÃO, COXA E	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE	ALMOÇO: MACARRÃO COM		
CARNE EM CUBOS COM	CENOURA REFOGADA	SOBRECOXA ASSADA, BATATA DOCE	PANELA, CHUCHU REFOGADO	CARNE MOÍDA		
BATATA	SALADA DE TOMATE	SALADA DE PEPINO	SALADA DE REPOLHO	(FAZER COM MOLHO DE		
SALADA DE BETERRABA				TOMATE IN NATURA		
		LANCHE DA TARDE:	LANCHE DA TARDE:	ACRESCENTAR CENOURA E		
	LANCHE DA TARDE: SUCO	OVO COZIDO	LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA	CHUCHU PARA CRIANÇAS EM		
LANCHE DA TARDE:	NATURAL , PIZZA DE	SUCO NATURAL E	1 FRUTA	INTRODUÇÃO ALIMENTAR)		
SUCO NATURAL	ASSADEIRA (RECHEIO	1 FRUTA	BOLO DE BANANA ZERO	SALADA DE ABOBRINHA		
PÃO COM FRANGO	OPCIONAL)					
1 FRUTA	1 FRUTA	JANTAR: ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM	JANTAR: ARROZ, FEIJÃO, PERNIL	LANCHE DA TARDE:		
		CUBOS,CABOTIÁ REFOGADA	ACEBOLADO, CENOURA	SUCO NATURAL E		
JANTAR: ARROZ, FEIJÃO,	JANTAR:	SALADA DE BERINJELA	REFOGADA SALADA DE	COOKIES DE BANANA COM		
OMELETE DE FORNO,	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E		BETERRABA	AVEIA		
ABOBRINHA REFOGADA	MACARRÃO					
SALADA DE PEPINO				JANTAR:		
				CANJA COM CENOURA,		
				BATATA E CHUCHU		



## 10/11 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO\*E MARGARINA \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### **ALMOCO:**

ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO, CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO

#### **LANCHE DA TARDE:**

SUCO NATURAL, PIZZA DE ASSADEIRA (RECHEIO OPCIONAL) E 1 FRUTA

#### **JANTAR JANTAR:**

SOPA DE FEIJÃO, COM LEGUMES E MACARRÃO

#### 11/11

## CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO\*E REQUEIJÃO **CASEIRO** \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, CARNE MOIDA REFOGADA E SALADA DE ABOBRINHA

#### **LANCHE DA TARDE:**

**COOKIES DE BANANA** 1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO **CHUCHU REFOGADO** SALADA DE BETERRABA

## 12/11 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO\*E REQUEIJÃO **CASEIRO** 

\*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS REPOLHO REFOGADO SALADA DE CENOURA

#### **LANCHE DA TARDE:**

VITAMINA DE FRUTA/FÓRMULA. **BOLO DE BANANA ZERO** 1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO, CABOTIÁ REFOGADA E SALADA CHUCHU

#### 13/11 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO\*E REQUEIJÃO **CASEIRO** 

\*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO E SALADA DE TOMATE

#### **LANCHE DA TARDE:**

SUCO NATURAL PÃO COM OVO 1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA .REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO

# 14/11

CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO\*E REQUEIJÃO **CASEIRO** 

DOCE

#### ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL, BATATA ASSADA E SALADA DE BETERRABA

#### **LANCHE DA TARDE:**

**BOLO DE BANANA ZERO** 1 FRUTA

#### JANTAR:

CALDO DE CABOTIÁ COM CARNE **DESFIADA** 





1//11
CAFÉ DA MANHÃ:
LEITE INTEGRAL/FÓRMULA

FRUTA, PÃO\* E MARGARINA \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO, CABOTIÁ SALADA DE TOMATE

#### **LANCHE DA TARDE:**

SUCO NATURAL, PIZZA DE ASSADEIRA (RECHEIO OPCIONAL) 1 FRUTA

#### JANTAR:

SOPA DE FEIJÃO, CENOURA E CHUCHU

## 18/11 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA, FRUTA, PÃO\* E REQUEIJÃO CASEIRO \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOÇO:

MACARRÃO COM MOLHO DE TOMATE IN NATURA E CARNE MOÍDA (ACRESCENTA CHUCHU E CABOTIÁ PARA CRIANCAS EM INTRODUÇÃO ALIMENTAR) SALADA DE ABOBRINHA

#### **LANCHE DA TARDE:**

**CANJICA** 1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL EM CUBOS CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO

## 19/11 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA, FRUTA, PÃO\* E REQUEIJÃO **CASEIRO** \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU

#### ALMOÇO:

DOCE

ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO, ABÓBRINHA REFOGADA SALADA DE BETERRABA

#### **LANCHE DA TARDE:**

SUCO NATURAL BOLO DE BANANA ZERO AÇÚCAR 1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA DE BERINJELA

#### 20/11

**FERIADO NACIONAL** 

# 21/11 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA, FRUTA, PÃO\* E REQUEIJÃO **CASEIRO** \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA **OU DOCE** 

#### ALMOÇO:

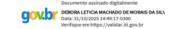
ARROZ. FEIJÃO. PERNIL EM CUBOS, CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO

#### **LANCHE DA TARDE:**

VITAMINA DE FRUTAS, BOLO SIMPLES 1 FRUTA

#### JANTAR:

CANJA COM CENOURA, BATATA E CHUCHU





#### 25/08 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA, FRUTA, PÃO\* E REQUEIJÃO CASEIRO \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO, BATATA ASSADA SALADA DE TOMATE

#### **LANCHE DA TARDE:**

CANJICA 1 FRUTA

#### JANTAR:

SOPA DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CENOURA, CHUCHU, E MACARRÃO

#### 26/08

# CAFÉ DA MANHA: LEITE INTEGRAL/FÓRMULA,

FRUTA, PÃO\* E REQUEIJÃO CASEIRO \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU

#### ALMOCO:

DOCE

ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, CHUCHU REFOGADO SALADA DE REPOLHO

#### **LANCHE DA TARDE:**

SUCO NATURAL
PIZZA DE ASSADEIRA
(RECHEIO OPCIONAL)
1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO SALADA DE TOMATE

## 27/08 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA, FRUTA, PÃO\* E REQUEIJÃO CASEIRO \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCF

#### ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, CARNE MOÍDA SALADA DE BETERRABA

#### **LANCHE DA TARDE:**

SUCO NATURAL BOLO DE BANANA ZERO AÇÚCAR 1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL EM CUBOS, CHUCHU REFOGADO SALADA DE ABÓBRINHA

## 28/08 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA, FRUTA, PÃO\* E REQUEIJÃO CASEIRO

\*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM TIRAS, CABOTIÁ REFOGADA E SALADA DE PEPINO

#### LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL PÃO COM FRANGO 1 FRUTA

#### JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS BATATA DOCE SALADA DE PEPINO

#### 29/08 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA, FRUTA, PÃO\* E MARGARINA \*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

#### ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL ACEBOALADO, CENOURA REFOGADA SALADA DE ABOBRINHA

#### **LANCHE DA TARDE:**

BOLO DE FUBÁ, VITAMINA DE FRUTAS 1 FRUTA

#### JANTAR:

CANJA COM CENOURA, BATATA E CHUCHU

PARA CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS, OFERTAR LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA NO LANCHE DA TARDE E FRUTA QUANDO HOUVER PREPARAÇÕES COM ADIÇÃO DE AÇÚCAR

\*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM PRÉVIO AVISO

\*\* EM RELAÇÃO A CONSISTÊNCIAELA DEVE-SE FAZER A ADEQUAÇÃO E SEGUIR A NECESSIDADE DE CADA CRIANÇA.

\*\*\* O CARDÁPIO CONTÉM CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO, LANCHE DA TARDE E JANTAR.

\*\*\*\*CASO HAJA CRIANÇAS COM ALERGIA OU QUE NÃO TENHAM CONTATO COM OVO TROCAR POR FRANGO.

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

# RECEITA BOLO DE BANANA ZERO AÇÚCAR

3 OVOS

1 XICARÁ DE AVEIA (FLOCOS OU FARELO OU FARINHA DE AVEIA)

1 XICARÁ DE FARINHA DE TRIGO

1/3 DA XICARÁ DE ÓLEO VEGETAL

**3 BANANAS BEM MADURAS** 

1 COLHER E MEIA DE FERMENTO QUÍMICO

3 COLHERES DE SOPA DE ÁGUA (SE NECESSÁRIO PARA BATER)

#### **MODO DE PREPARO:**

BATA TODOS OS INGREDIENTE NO LIQUIDIFICADOR POR 3 MINUTOS, EXCETO O FERMENTO QUÍMICO.

APÓS FICAR UMA MISTURA HOMOGÊNEA, ACRESCENTAR O FERMENTO E MEXER DELICADAMENTE.

ASSAR EM ASSADEIRA REDONDA DE 22 CM DE DIÂMETRO OU RETANGULAR DE 20X30CM POR 40 A 50 MINUTOS.

# Porcionamento e valores nutricionais Faixa etária: 4 a 5 anos Integral

	Quantidade	Preparação
Café da manhã	120 ml	Leite Integral
	1 unidade	Pão francês
	1 colher de sopa rasa (15 g)	Requeijão caseiro
	2,5 colheres de sopa (75 g)	Arroz Polido
		Feijão
,	2 colheres de sopa (50 g)	Carne moída refogada





# Prefeitura Municipal de Bebedouro Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

FOI	one: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br				
	2,5 colheres de sopa (80	Batata			
	g)				
	4 col. de sopa (80 g)	Beterraba			
Lanche da tarde	120 ml	Vitamina de Banana			
	1 fatia pequena (80 g)	Fruta(Mamão)			
	1 fatias pequena (30g)	Bolo simples limão			
	2,5 colheres de sopa (75 g)	Arroz Polido			
	2 conchas pequenas (40 g)	Feijão			
Jantar					
	3 colheres de sopa (50 g)	Frango			
	1 colher de sopa (30 g)	Cenoura			
	1 colher de sopa (17 g)	Pepino			



ENERGIA	PROTEÍNA	LÍPIDIO	CARBOIDRATOS	CÁLCIO	FERRO	VITAMINA A	VITAMINA C
Kcal	g	g	g	mg	mg	µg	mg
713	26	19	144	450	8	124	

# SUGESTÃO DE HORÁRIO

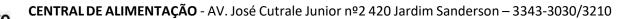
CAFÉ DA MANHÃ 07:30 Hrs ALMOÇO 10:30-11:00 Hrs LANCHE DA TARDE 13:00 Hrs JANTAR 15:30-16:00 Hrs



Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709,920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

PER CAPITA EDUCAÇÃO INFANTIL 02				
	ALIMENTO	MEDID A CASEI RA	GRAM A/ ML	
	LEITE	0,8 соро	120 ml	
BEBI DA	ACHOCOLATADO	1/2 col de sopa	7 g	
S	VITAMINA DE FRUTA	0,8 соро	120 ml	
	SUCO NATURAL	0,8 соро	100 ml	
	PÃO	1 unidade	50 g	
	BOLO	1 fatia fina	30 gramas	
	BOLACHA DOCE	4 unidades	20 g	
	BOLACHA SALGADA	4 unidades	20 g	
	PIZZA DE ASSADEIRA	1 fatia pequena	45 g	
	ROSCA	1 fatia fina	30 gramas	
	MARGARINA	1 ponta de faca	5 g	
	REQUEIJÃO	0,6 col de sopa	15 g	
	ABACATE	1,5 col de sopa	40 g	
	ABACAXI	2 fatias pequenas	70 g	
	BANANA	1,5 unidade	60 g	
	GOIABA	1/4 de unidade	24 g	
	LARANJA	1/2 unidade	60 g	





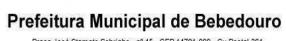


Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709,920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

> FRUTA S

MAÇÃ	1 unidade	80 g
MAMÃO	1 fatia pequena	80 g
MELÃO	2 fatias pequenas	85 g

MELANCIA	1 fatia pequena	90 g
MANGA	1/2 unidade	60 gramas
MORANGO	4 unidades	50 g
PERA	1/2 unidade	80 g
TANGERINA	2/3 unidade	80 g
UVA	16 unidades	80 g



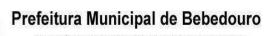
	PER CAPITA EDUCAÇÃO INFANTIL 02					
	ALIMENTO	MEDIDA CASEIRA	GRAMA/ ML			
	FEIJÃO COZIDO	2 conchas pequenas	40 g			
	GRÃO DE BICO	2 col de sopa	40 g			
	CARNE BOVINA	2,5 col de sopa	50 g			
	CARNE DE FRANGO	3 col de sopa	50 g			
	CARNE SUÍNA	2 col de sopa	50 g			
	PEIXE	2 col de sopa	55 g			
	OVO	1 unidade	45 g			
	ARROZ COZIDO	4 col de sopa	75 g			
	PIPOCA	2 xícaras	20 g			
	CANJICA	1/2 canenca	100 g			
	SOPA	1 prato fundo	250 g			
A	ABÓBORA	1 col de sopa	30 g			
C	ABOBRINHA	1 col de sopa	30 g			
M	BATATA	2,5 col de sopa	80 g			
P	BATATA DOCE	2,5 col de sopa	80 g			
A M	CENOURA	1 col de sopa	30 g			





**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 1470   CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. BEBEDOURO - Estado de São fla Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedoulo.	Asenta ulo_	CLITTIALULACII	1 col de sopa	30 g	umm
	VAGI	EM			



	PER CAPITA EDUCAÇÃO INFANTIL 02					
	ALIMENTO	MEDIDA CASEIRA	GRAMA/ML			
	BETERRABA	4,5 col de sopa	80 g			
SA	BERINGELA	4,5 col de sopa	80 g			
L	CHUCHU	2 col de sopa	35 g			
A	BRÓCOLIS	2,5 col de sopa	50 g			
D A	COUVE-FLOR	2,5 col de sopa	50 g			
	TOMATE	4 fatias	25 g			
	FOLHAS	2,5 col de sopa	15 g			
	REPOLHO/ACELGA	2,5 col de sopa	15 g			
	PEPINO	1 col de sopa cheia	17 g			



	Fai xa etári a: 6 a 10 anos
	150 ml de leite integral UHT ou leite semlactose ou leite de soja
CAFÉ	1/2 col her de sopa de Achocol atado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
DA MANH Ã	1 Pão Francês
	1 col her de sobremes a rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA	1/2 fruta ou 1/2 porção*
MANÃ	
	150 gra mas de Arroz
	70 gra mas de Feijão



AL MOÇO	100 gra mas de Carne em Cubos com Mandi oqui nha
	50 gra mas de sal ada de Repol ho
	1/2 Pera
LANCHE	1 frutas ou1 porções*
DA	200 ml de suco de l aranja
TARDE	1 Boli nho



# $\textbf{CENTRAL DE ALIMENTA} \boldsymbol{\tilde{\textbf{A}}\textbf{O}} - \text{AV. Jos\'e Cutrale Junior } n^{9}2\ 420\ \text{Jardim Sanderson} - 3343-3030/3210$

CARBOI DRATOS		PROTEÍ NA		LÍ PI DI O		FI BRA	VITA	VITC	CÁLCI O	FERRO	SÓDI O	MAGNÉSI O	ZI NCO
GRAMA S	KCAL	GRAMA S	KCAL	GRAMA S	KCAL	G	μg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
162, 390 8	649, 563 1	52, 2823 6	209, 129 4	26, 7568 7	240, 811 8	31, 4381 6	3375, 8 72	244, 78 51	298, 63 65	6, 8201 28	5403, 1 23	289, 2657	5, 8928 29

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson — 3343-3030/3210

