

CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL

Faixa etária: CRIANÇAS MENORES DE 1 ANO

Período: SETEMBRO/2022

Refeições	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Café da manhã	*Até 8 meses: fórmula infantil. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral.	*Até 8 meses: fórmula infantil. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral.	*Até 8 meses: fórmula infantil. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral.	*Até 8 meses: fórmula infantil. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral.	*Até 8 meses: fórmula infantil. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral.
Lanche da manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	- 1 alimento do Grupo dos Cereais; - 1 alimento do Grupo do Feijão; - 1 alimento do Grupo dos Vegetais; - 1 alimento do Grupo das Carnes.	- 1 alimento do Grupo dos Cereais; - 1 alimento do Grupo do Feijão; - 1 alimento do Grupo dos Vegetais; - 1 alimento do Grupo das Carnes.	- 1 alimento do Grupo dos Cereais; - 1 alimento do Grupo do Feijão; - 1 alimento do Grupo dos Vegetais; - 1 alimento do Grupo das Carnes.	- 1 alimento do Grupo dos Cereais; - 1 alimento do Grupo do Feijão; - 1 alimento do Grupo dos Vegetais; - 1 alimento do Grupo das Carnes.	- 1 alimento do Grupo dos Cereais; - 1 alimento do Grupo do Feijão; - 1 alimento do Grupo dos Vegetais; - 1 alimento do Grupo das Carnes.
Lanche 1	*Até os 8 meses: fórmula infantil e fruta. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral e fruta.	*Até os 8 meses: fórmula infantil e fruta. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral e fruta.	*Até os 8 meses: fórmula infantil e fruta. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral e fruta.	*Até os 8 meses: fórmula infantil e fruta. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral e fruta.	*Até os 8 meses: fórmula infantil e fruta. *Entre 9 e 11 meses: Leite de vaca integral e fruta.
Lanche 2	*Até os 6 meses: fórmula infantil. *Entre 7 e 11 meses: Igual ao almoço.	*Até os 6 meses: fórmula infantil. *Entre 7 e 11 meses: Igual ao almoço.	*Até os 6 meses: fórmula infantil. *Entre 7 e 11 meses: Igual ao almoço.	*Até os 6 meses: fórmula infantil. *Entre 7 e 11 meses: Igual ao almoço.	*Até os 6 meses: fórmula infantil. *Entre 7 e 11 meses: Igual ao almoço.

ORIENTAÇÕES:

- Os alimentos do almoço devem estar separados no prato e bem amassados com um garfo. Não liquidificar ou peneirar.
- A papa deve conter:
 - * 1 alimento do Grupo dos Cereais: arroz, massa, batata inglesa, batata doce, polenta, aipim.
 - * 1 alimento do Grupo do Feijão: feijão, lentilha, ervilha.
 - * 1 alimento do Grupo dos Vegetais: cenoura, couve-flor, brócolis, abobrinha, chuchu, moranga, beterraba, repolho, vagem, couve, espinafre.
 - * 1 alimento do Grupo das Carnes: carne bovina, frango, suína, peixe, ovo.
- As carnes devem ser bem cozidas, desfiadas ou picadas em pedaços pequenos.
- As frutas devem ser amassadas ou raspadas. Não oferecer sucos, exceto o de laranja do céu.
- Evoluir a consistência dos alimentos conforme a idade da criança:

Transição Alimentar Evolução das Consistências e Texturas



- O leite de vaca deve ser oferecido puro, em temperatura morna, **sem adição de água, açúcar, chocolate em pó ou qualquer outro ingrediente.**
- A fórmula infantil 1 deve ser oferecida para crianças a partir do nascimento até o 6º mês de vida.
- A fórmula infantil 2 deve ser oferecida para crianças a partir do 6º mês até os 12 meses.
- As fórmulas infantis devem ser sempre diluídas de acordo com a recomendação do fabricante, ou seja, colocar a quantidade de pó e água conforme consta no rótulo do produto.