



ESTADO DO RIO DE JANEIRO  
PREFEITURA DE MESQUITA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
“Setor de Alimentação e Nutrição Escolar”

---

# *Programa de Alimentação Escolar*

Prefeitura de Mesquita

CARDÁPIOS

***“Educação Infantil”***



**ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**PREFEITURA DE MESQUITA**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**“Setor de Alimentação e Nutrição Escolar”**

<b>EDUCAÇÃO INFANTIL</b>					
<b>SEMANA 1</b>					
<b>REFEIÇÕES</b>	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA*</b>
<b>DESJEJUM/ LANCHE</b>	logurte Biscoito tipo maisena	Vitamina de fruta Biscoito tipo cream cracker	Suco de laranja Pão careca com margarina	Leite com café Biscoito tipo maisena	Suco Pão careca com requeijão
<b>ALMOÇO/ JANTAR</b>	Feijão Arroz com cenoura Peixe ao molho Pirão Sob: Fruta	Arroz / Feijão Isca de Frango Batata doce com salsa  Sob: Fruta	Feijão Carne moída Macarrão Parafuso ao molho de tomate Abobrinha Sob: Fruta	Feijão Risoto de frango com cenoura e vagem  Sob: Fruta	Arroz / Feijão Isca de Carne Farofa de couve  Sob: Fruta

\*Frutas: Melancia, melão, banana, maçã e mamão

\**Nos meses de maio, junho, julho, agosto e setembro, o cardápio do jantar para sexta feira é: Canja (Frango, arroz e legumes).*

<b>EDUCAÇÃO INFANTIL</b>					
<b>SEMANA 2</b>					
<b>REFEIÇÕES</b>	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>DESJEJUM/ LANCHE</b>	Leite com café Biscoito tipo cream cracker	Leite com achocolatado Biscoito tipo maisena	Suco Pão careca I requeijão	Vitamina de fruta Biscoito tipo cream cracker	logurte Pão careca com margarina
<b>ALMOÇO/ JANTAR</b>	Arroz / Feijão Ovo mexido c/cenoura Salada beterraba tomate e salsa Sob: Fruta	Arroz / Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté com orégano  Sob: Fruta	Arroz / Feijão Frango xadrez Quibebe de abóbora  Sob: Fruta	Arroz / feijão Carne guisada Salada de Inhame Cenoura e chuchu  Sob:Fruta	Feijão Frango ensopado com quiabo Polenta Sob: Fruta

\*Frutas: Melancia, melão, banana, maçã e mamão

\**Nos meses de maio, junho, julho, agosto e setembro, o cardápio do jantar para sexta feira é: Sopa de feijão com carne, legumes e massa para sopa.*



**ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**PREFEITURA DE MESQUITA**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**“Setor de Alimentação e Nutrição Escolar”**

<b>EDUCAÇÃO INFANTIL</b>					
<b>SEMANA 3</b>					
<b>REFEIÇÕES</b>	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA*</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>DESJEJUM/ LANCHE</b>	Leite com baunilha Biscoito maisena	iogurte Biscoito tipo cream cracker	Suco Pão careca com margarina	Leite batido com fruta Biscoito tipo maizena	Suco Pão careca com requeijão
<b>ALMOÇO/ JANTAR</b>	Feijão Macarrão Parafuso ao molho de tomate com cenoura e carne moída  Sob: Fruta	Arroz / Feijão Frango dourado Abobrinha refogada  Sob: Fruta	Arroz / Feijão Isca de fígado Purê de batata  Sob: Fruta	Arroz / Feijão Frango ensopado Salada de Chuchu c/ salsa  Sob: Fruta	Arroz / Feijão Carne ensopada com aipim  Sob: Fruta

\*Frutas: Melancia, melão, banana, maçã e mamão

\*Nos meses de maio, junho, julho, agosto e setembro, o cardápio do jantar para sexta feira é: Sopa de legumes com carne e massa para sopa.

<b>EDUCAÇÃO INFANTIL</b>					
<b>SEMANA 4</b>					
<b>REFEIÇÕES</b>	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA*</b>
<b>DESJEJUM/ LANCHE</b>	Leite com achocolatado Biscoito tipo cream cracker	iogurte Biscoito tipo maisena	Suco Pão careca com requeijão	Leite com Café Biscoito tipo cream cracker	Suco Pão careca Margarina
<b>ALMOÇO/ JANTAR</b>	Arroz/Feijão Ovo cozido Salada de batata, cenoura e chuchu Sob: Fruta	Arroz / Feijão Almôndega molho Abóbora c/ salsinha refogada Sob: Fruta	Feijão / Polenta Frango ao molho Batata sauté com orégano Sob: Fruta	Arroz / Feijão Isca de carne Salada de batata doce e cenoura Sob: Fruta	Arroz / Feijão Frango dourado Farofa de banana  Sob: Fruta

\*Frutas: Melancia, melão, banana, maçã e mamão

\*Nos meses de maio, junho, julho, agosto e setembro, o cardápio do jantar para sexta feira é: Sopa de ervilha com carne e legumes.



**ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**PREFEITURA DE MESQUITA**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**“Setor de Alimentação e Nutrição Escolar”**

**HORÁRIOS DE REFERÊNCIA PARA AS REFEIÇÕES SERVIDAS**

<b>Tipo de atendimento</b>	<b>Refeição</b>	<b>Turno</b>	<b>Horário</b>
Creche (parcial) e Pré-escolar	Desjejum	Manhã	7h30min - 8h
	Almoço		10h30min - 11h30min
	Almoço	Tarde	13h20min - 14h20min
	Lanche		15h45min - 16h30min
Creche (integral)	Desjejum	Integral	7h30min - 8h
	Almoço		10h45min - 11h45min
	Lanche		13h15min - 13h45min
	Jantar		16h - 16h40min
Ensino Fundamental (parcial)	Desjejum	Manhã	6h45min - 7h10min
	Almoço		9h30min - 10h30min
	Almoço	Tarde	12h45min - 13h15min
	Lanche		15h - 16h
Ensino Fundamental (integral) - Mais Educação (manhã)/Regular (tarde)	Desjejum	Integral	8h - 8h20min
	Colação do Mais Educação		10h - 10h20min
	Almoço		12h10min - 12h40min
	Lanche		15h - 16h
Ensino Fundamental (integral) - Regular (manhã) /Mais Educação (tarde)	Desjejum	Integral	6h45min - 7h10min
	Almoço		9h30min - 10h30min
	Colação do Mais Educação		13h - 13h20min
	Lanche		15h30min - 16h
Educação de Jovens e Adultos (EJA)	Jantar	Noite	18h30min - 19h30min



**ESTADO DO RIO DE JANEIRO**  
**PREFEITURA DE MESQUITA**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**“Setor de Alimentação e Nutrição Escolar”**

Escola de Educação Integral	Desjejum	Integral	8h - 8h20min
	Almoço		10h - 11h
	Lanche		13h20min - 14h20min
	Jantar		15h30min - 16h15min

**OBS:**

- 1) Estes horários poderão ser adaptados pela Direção da Unidade, de acordo com a necessidade e realidade de cada Escola. Porém, esta adaptação deve manter a estrutura prevista para distribuição das refeições, mantendo, portanto, os horários de distribuição o mais próximo possível dos horários de referência acima descritos. Em qualquer outro caso, a Direção da Unidade deverá obrigatoriamente solicitar autorização prévia ao Setor de Alimentação e Nutrição Escolar.

**Orientações para o Berçário:**

- 2) Para utilização das frutas, legumes e verduras, assim como do tipo de carne a ser servido em cada dia, tomar como base o cardápio utilizado para Creches, para crianças maiores de 12 meses.
- 3) Com relação ao tipo de leite a ser servido:
  - Para crianças menores de 6 meses – deverá ser utilizado a fórmula infantil de partida (Nan, Aptamil ou Nestogeno 1)
  - Para crianças maiores de 6 meses – deverá ser utilizada a fórmula infantil de seguimento (Nan, Aptamil ou Nestogeno 2)
- 4) Não oferecer leite de vaca, mel e peixe para crianças menores de 1 ano de idade.
- 5) A clara de ovo e achocolatado só deve ser oferecida a criança a partir dos 9 meses de idade.



**ESTADO DO RIO DE JANEIRO  
PREFEITURA DE MESQUITA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
“Setor de Alimentação e Nutrição Escolar”**

---

**Alteração de cardápio:**

- 6) O cardápio estará sujeito a alterações pelo Setor de Alimentação e Nutrição Escolar em virtude da disponibilidade dos gêneros alimentícios, onde qualquer alteração será avisada previamente.**