

CMEI RAIOS DE LUZ

DEZEMBRO/2022

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 lanche4:14:45 Lanche5:16:00



Quinta feira - 01/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, frango desfiado e salada de acelga picadinha.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha ensopada com carne de porco desfiada e salada de repolho picadinha.

Lanche 5: Manga

Sexta feira - 02/12

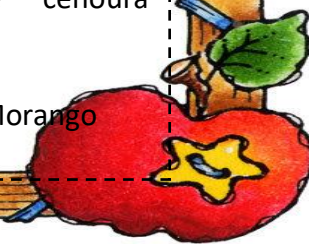
Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, ensopado de peixe e salada de couve-flor.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango desfiada ao molho e salada de cenoura ralada.

Lanche 5: Morango



➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

CMEI RAIOS DE LUZ

DEZEMBRO/2022

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:14:45 Lanche5:16:00



Segunda feira - 05/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, guisado de cabotiá, carne de gado ensopado com batatas e salada de chuchu.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Papinha de macarrão com carne de frango desfiada ao molho e salada de vagem picadinha.

Lanche 5: Melão picadinho

Terça feira - 06/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, mandioca, carne moída ao molho e salada de beterraba cozida.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de legumes com frango.

Lanche 5: Abacaxi picadinho

Quarta feira - 07/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, ensopado de frango com batata salsa e salada de brócolis.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Ensopado de arroz carreteiro e salada de alface picadinha.

Lanche 5: Laranja

Quinta feira - 08/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, batata doce assada, carne de porco desfiada e salada de couve-flor.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Suco de laranja e bolo de chocolate zero açúcar.

Lanche 5: Banana

Sexta feira - 09/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Polenta com carne moída ao molho, salada de repolho picadinha.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Ensopado de risoto de frango e salada de beterraba cozida.

Lanche 5: Melancia

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

CMEI RAIO DE LUZ

DEZEMBRO/2022

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:14:45 Lanche5:16:00



Segunda feira - 12/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, frango desfiado e cenoura cozida.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Papinha de arroz, purê de batatas com carne de gado desfiada e vagem cozida.

Lanche 5: Pera raspadinha

Terça feira - 13/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, nhoque com carne de frango desfiado e salada de chuchu.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de feijão com ovos.

Lanche 5: Laranja

Quarta feira - 14/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de macarrão caseiro com carne moída ao molho e salada de alface picadinha.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de porco desfiada e salada de brócolis.

Lanche 5: Maça raspadinha

Quinta feira - 15/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, ovo cozido, salada de beterraba, laranja.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Ensopado de arroz carreteiro e salada de repolho picadinha.

Lanche 5: Melão picadinho

Sexta feira - 16/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, mandioca, carne de frango desfiada ao molho e salada de couve-flor.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Ensopado de quirerinha com carne de porco desfiada e salada de tomate picadinha.

Lanche 5: Banana

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

CMEI RAIO DE LUZ

DEZEMBRO/2022

Bercário A

6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 lanche4:14:45 Lanche5:16:00



Segunda feira - 19/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, lentilha, ensopado de carne de gado com batata salsa e cenoura, salada de repolho picadinha.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de legumes com frango desfiado.

Lanche 5: Laranja

Terça feira -20/12

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Papinha de arroz, feijão, peixe assado com batatas, salada de cenoura cozida.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Ensopado de risoto de frango e salada de vagem.

Lanche 5: Melão picadinho

Quarta feira -21/12

FECHAMENTO DO ANO LETIVO

Quinta feira -22/12

FÉRIAS ESCOLARES



➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

Daniela Aline Vaz Preto

Nutricionista CRN8 /6614

CMEI RAIOS DE LUZ

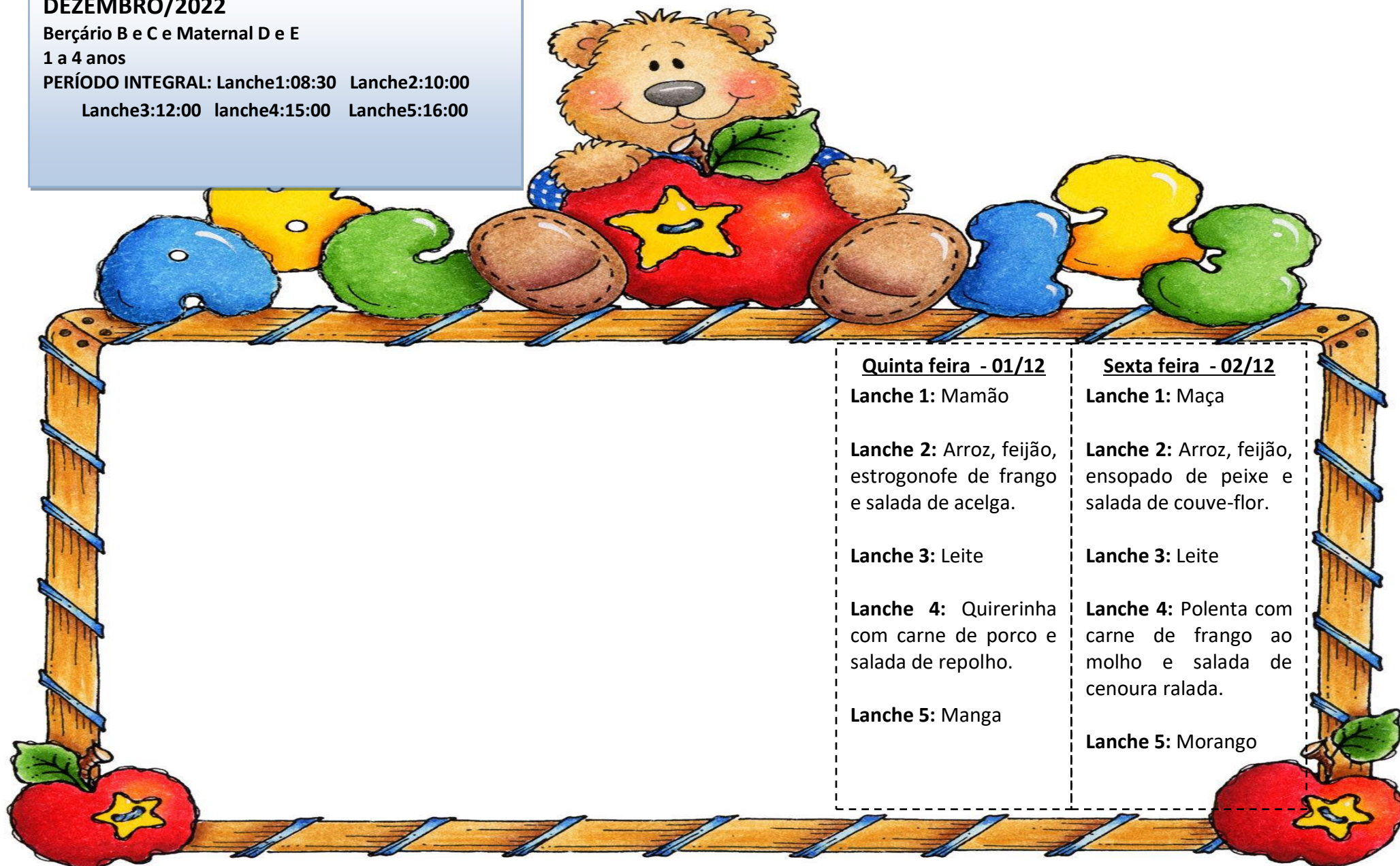
DEZEMBRO/2022

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Quinta feira - 01/12

Lanche 1: Mamão

Lanche 2: Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada de acelga.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha com carne de porco e salada de repolho.

Lanche 5: Manga

Sexta feira - 02/12

Lanche 1: Maça

Lanche 2: Arroz, feijão, ensopado de peixe e salada de couve-flor.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de frango ao molho e salada de cenoura ralada.

Lanche 5: Morango

➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

CMEI RAIOS DE LUZ

DEZEMBRO/2022

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 Lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Segunda feira - 05/12

Lanche 1: Pera

Lanche 2: Arroz, feijão, guisado de cabotiá, carne de gado ensopado com batatas e salada de chuchu.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarrão com carne de frango ao molho, salada de vagem.

Lanche 5: Melão

Terça feira - 06/12

Lanche 1: Omelete

Lanche 2: Arroz, feijão, mandioca, carne moída ao molho e salada de beterraba cozida.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de legumes com frango.

Lanche 5: Abacaxi

Quarta feira - 07/12

Lanche 1: Banana

Lanche 2: Arroz, feijão, ensopado de frango com batata salsa e salada de brócolis.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro e salada de alface.

Lanche 5: Laranja

Quinta feira - 08/12

Lanche 1: Uva

Lanche 2: Arroz, feijão, batata doce assada, carne de porco e salada de couve-flor.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Suco de laranja e bolo de chocolate zero açúcar.

Lanche 5: Banana

Sexta feira - 09/12

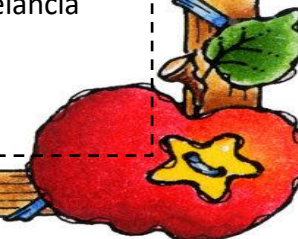
Lanche 1: Manga

Lanche 2: Polenta com carne moída ao molho, salada de repolho.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de frango e salada de beterraba cozida.

Lanche 5: Melancia



➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

CMEI RAIO DE LUZ

DEZEMBRO/2022

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Segunda feira - 12/12

Lanche 1: Mamão

Lanche 2: Arroz, feijão, bife de frango na chapa e cenoura cozida.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz, purê de batatas com carne de gado refogada e vagem cozida.

Lanche 5: Pera

Terça feira - 13/12

Lanche 1: Pão de queijo

Lanche 2: Arroz, feijão, nhoque com carne de frango e salada de chuchu.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de feijão com ovos.

Lanche 5: Laranja

Quarta feira - 14/12

Lanche 1: Banana

Lanche 2: Macarrão caseiro com carne moída ao molho e salada de alface.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com carne de porco e salada de brócolis.

Lanche 5: Maça

Quinta feira - 15/12

Lanche 1: Manga

Lanche 2: Arroz, feijão, ovo cozido, salada de beterraba, laranja.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro e salada de repolho.

Lanche 5: Melão

Sexta feira - 16/12

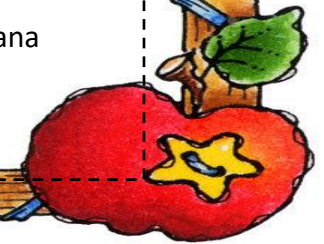
Lanche 1: Morango

Lanche 2: Arroz, feijão, mandioca, carne de frango ao molho e salada de couve-flor.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Quirerinha com carne de porco e salada de tomate.

Lanche 5: Banana



➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

CMEI RAIO DE LUZ

DEZEMBRO/2022

Berçário B e C e Maternal D e E

1 a 4 anos

PERÍODO INTEGRAL: Lanche1:08:30 Lanche2:10:00

Lanche3:12:00 lanche4:15:00 Lanche5:16:00



Segunda feira - 19/12

Lanche 1: Pera

Lanche 2: Arroz, lentilha, ensopado de carne de gado com batata salsa e cenoura, salada de repolho.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de legumes com frango.

Lanche 5: Laranja

Terça feira -20/12

Lanche 1: Maça

Lanche 2: Arroz, feijão, peixe assado com batatas, salada de cenoura cozida.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de frango e salada de vagem.

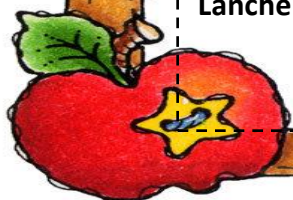
Lanche 5: Melão

Quarta feira -21/12

FECHAMENTO DO ANO LETIVO

Quinta feira -22/12

FÉRIAS ESCOLARES



➤ **Intolerantes e alérgicos:** as refeições serão preparadas com alimentos diferenciados, conforme a necessidade.

Daniela Aline Vaz Preto

Nutricionista CRN8 /6614