

Prefeitura Municipal de Umuarama
Divisão de Alimentação Escolar

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Tarde- FEVEREIRO
BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 09/02/2026	TERÇA-FEIRA 10/02/2026	QUARTA-FEIRA 11/02/2026	QUINTA-FEIRA 12/02/2026	SEXTA – FEIRA 13/02/2026
LANCHE DA TARDE 1	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta
JANTAR	- Arroz - Feijão - Ovo mexido - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne Bovina desfiada e picadinha** - Legumes cozidos	- Arroz - Feijão - Coxa/Sobrecoxa desfiada e picada** - Legumes cozidos	- Arroz - Feijão - Carne moída* - Legumes cozidos	- Arroz - Feijão cozido c/ lentilha - Carne suína desfiada e picadinha** - Legumes cozidos
LANCHE DA TARDE 2	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta

* Amassar bem a carne moída para que não fiquem pelotas grandes

** Desfiar muito bem as carnes

Prefeitura Municipal de Umuarama
Divisão de Alimentação Escolar

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL – Tarde- FEVEREIRO
BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 23/02/2026	TERÇA-FEIRA 24/02/2026	QUARTA-FEIRA 25/02/2026	QUINTA-FEIRA 26/02/2026	SEXTA – FEIRA 27/02/2026
LANCHE DA TARDE 1	RECESSO ESCOLAR	<u>FERIADO CARNAVAL</u>	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	<u>FERIADO CARNAVAL</u>	- Arroz - Feijão - Carne Suína cozida** - Legumes cozidos.	- Arroz - Coxa e sobrecoxa cozida, desfiado e picado** - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne moída* - Legumes cozidos.
LANCHE DA TARDE 2	RECESSO ESCOLAR	<u>FERIADO CARNAVAL</u>	- Fruta	- Fruta	- Fruta

* Picar em pedaços muito pequenos

** Desfiar muito bem as carnes

Nutricionistas responsáveis: Anaysa Borges Soares CRN8/15427, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

Prefeitura Municipal de Umuarama
Divisão de Alimentação Escolar

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL – Tarde- Setembro
BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 23/02/2026	TERÇA-FEIRA 24/02/2026	QUARTA-FEIRA 25/02/2026	QUINTA-FEIRA 26/02/2026	SEXTA – FEIRA 27/02/2026
LANCHE DA TARDE	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta
JANTAR	- Arroz - Feijão - Ovo mexido - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne moída* - Legumes cozidos	- Arroz - Feijão - Coxa e sobrecoxa cozida, desfiado e picado** - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão preto - Carne suína cozida, desfiado e picado** - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne Bovina moída** - Legumes cozidos.
LANCHE DA TARDE 2	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta

* Amassar bem a carne moída para que não fiquem pelotas grandes

** Desfiar muito bem as carnes

Prefeitura Municipal de Umuarama

Divisão de Alimentação Escolar

Para hidratar e matar a sede, ofereça água pura filtrada

A água é essencial para hidratar a criança. Ela deve ser oferecida ao longo do dia, a partir do momento em que novos alimentos são incluídos na rotina da criança, além do leite materno ou fórmula infantil.

Comida da criança com consistência adequada

No início da introdução alimentar até o sétimo mês aproximadamente, a criança deverá receber a comida muito bem amassada com garfo. A partir do oitavo mês, deve-se evoluir para alimentos menos amassados, raspados ou desfiados, para que a criança aprenda a mastigá-los, porém que esteja seguro para ela. Não ofereça preparações líquidas e nem use liquidificador ou peneira. Deve-se usar processador para triturar as carnes como coxão duro, carne de porco e frango. A criança não deve receber alimentos de consistência líquida, pois terá dificuldade em aceitar alimentos mais sólidos no futuro, podendo apresentar engasgo e ânsia de vômito. Além disso, alimentos líquidos como sopas, sucos e caldos, por conterem mais água, fornecem menos energia e menos nutrientes do que a criança precisa para seu crescimento e desenvolvimento plenos. A consistência adequada é aquela que não escorre da colher, que é firme, que dá trabalho para mastigar, ajudando assim, no desenvolvimento da face e dos ossos da cabeça, colaborando para a respiração adequada e o aprendizado da mastigação. As imagens na Figura 1 mostram exemplos de refeições com consistências diferentes por idade da criança.

A quantidade de alimentos oferecida aumenta com o tempo

Quando a criança começa a Introdução Alimentar, é comum que ela aceite pouca quantidade de alimento. É possível, ainda, que a criança apenas experimente os alimentos, pois tudo é novidade para ela. À medida que ela cresce e se desenvolve, essa quantidade aumenta gradativamente. É preciso respeitar o tempo e a individualidade de cada criança.

Prefeitura Municipal de Umuarama
Divisão de Alimentação Escolar

