



## ANEXO II – CARDÁPIO

### CAFÉ DA MANHÃ

DIA	LANCHE	BEBIDA
SEGUNDA-FEIRA	Pão Tipo Francês com Manteiga — O produto deverá apresentar validade mínima de 24 horas após entrega. percapta 50 gramas para o pão e 20 gramas para manteiga.	Leite com café, ou leite puro, ou leite com chocolate em pó solúvel 70% de cacau servido em copo de 200ml
TERÇA-FEIRA	Pão de queijo - Os pães devem ser modelados e uniformes com peso de 80g, sendo tolerada a variação de 10% para mais ou para menos	Leite com café, ou leite puro, ou leite com chocolate em pó solúvel 70% de cacau servido em copo de 200ml
QUARTA-FEIRA	Torta de Legumes — Massa a base de de farinha de trigo especial, leite, ovos, sal, e fermento químico, o recheio e composto por legumes (batata, cenoura, abobrinha, tomate, chuchu entre outros). O produto deverá apresentar validade mínima de 24 horas após entrega. Percapta 100 gramas	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas servido em copo de 200ml
QUINTA-FEIRA	Bolo — Massa a base de farinha de farinha de trigo especial, leite, ovos, açúcar e fermento químico, podendo ser adicionado fubá, coco, chocolate 70%, cenoura entre outros. O produto deverá apresentar validade mínima de 24 horas após entrega. Percapta 100 gramas	Vitamina de frutas servido em copo de 200ml
SEXTA-FEIRA	Salada de frutas misturadas (4 opções de frutas a ser definido pelo solicitante) sem açúcar com suco de	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas servido em copo de 200ml

	laranja natural ( 150g a porção) OU 4 tipos de frutas separadas descascadas e cortadas para consumo (aproximadamente 30g de cada tipo totalizando 120 a 150g).	
--	--	--

As frutas para a salada de frutas, serão escolhidas pelo solicitante de acordo com a época do ano.

➤ Opções de frutas: ✓ Morango, ✓ Kiwi, ✓ Mamão, ✓ Melancia, ✓ Melão, ✓ Tangerina, ✓ Uva, ✓ Maçã, ✓ Abacaxi, ✓ Manga, ✓ Pêra, ✓ Pêssego, ✓ Banana

#### **CAFÉ DA TARDE – CAFÉ DA NOITE**

<b>DIA</b>	<b>BEBIDA</b>
SEGUNDA-FEIRA	Leite com café, ou leite puro, ou leite com chocolate em pó solúvel 70% de cacau
TERÇA-FEIRA	Leite com café
QUARTA-FEIRA	Café
QUINTA-FEIRA	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas
SEXTA-FEIRA	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas

#### **Gramatura das refeições (Café da Manhã, Café da Tarde e Café da Noite):**

A composição de cada item deverá atender a seguinte gramatura:

- Leite Puro, Leite com chocolate em pó solúvel 70%, vitamina de fruta, café e Suco (200 ml)

#### **Observações:**

1. Todas as opções de bebidas deverão ser oferecidas diariamente, tendo o usuário o direito de escolher **UMA** das opções.
2. As opções de bebidas deverão ser oferecidas sem adoçar ou misturar, ficando a critério do usuário utilizar açúcar ou adoçante.
3. O leite de vaca integral deverá ser pasteurizado ou ultrapasteurizado (UHT); não sendo permitido utilização de bebidas lácteas ou leite em pó.
4. Deverão ser disponibilizadas as opções de Leite Quente e Leite Frio.

**LANCHE NOTURNO**

<b>DIA</b>	<b>LANCHE</b>	<b>BEBIDA</b>
SEGUNDA-FEIRA	Pão francês recheado com queijo ou carne (bovina ou frango). O produto deverá apresentar validade mínima de 24 horas após entrega. percapta 50 gramas o pão e 50 gramas o recheio	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas servido em copo de 200ml
TERÇA-FEIRA	Torta recheada com carne bovina ou de frango e ou legumes, cortadas em pedaços. Percapta 100 gramas	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas servido em copo de 200ml
QUARTA-FEIRA	Pão de queijo recheado de carne (bovina, suína ou frango). Pão de Queijo percapta de 80 gramas e recheio 50 gramas.	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas servido em copo de 200ml
QUINTA-FEIRA	Esfirra Recheada. Percapta de 130 gramas	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas servido em copo de 200ml
SEXTA-FEIRA	Pão francês recheado com queijo ou carne (bovina ou frango). Percapta 50 gramas o pão e 50 gramas o recheio	Suco de fruta natural e/ou de polpa de frutas congeladas servido em copo de 200ml

**ALMOÇO**

<b>Item</b>	<b>Prato principal</b>	<b>Vegetariano</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Arroz</b>	<b>Feijão</b>	<b>Salada</b>	<b>Sobremesa</b>
1	Carne moída a primvera	Proteína de soja à primavera	Abóbora cabotiá	Branco/Integral	Carioca	Alface Tomate Rabanete	Maçã
2	Filé de coxa assada	Ovo cozido	Macarrão ao Molho Sugo	Branco/Integral	Carioca	Agrião Cenoura Pepino	Banana
3	Cubo suíno acebolado	Torta de	Chuchu	Branco/	Carioca	Tabule Acelga	Melancia

		brócolis e queijo	refogado	Integral		beterraba	
4	Carne de panela (bovina)	Hambúrguer de lentilha e batata doce	Mandioca cozida	Branco/Integral	Carioca	Chicória Brócolis Tomate	Laranja
5	Peixe à milanesa	Bolinho de ervilha	Legumes sauté	Verde/Integral	Carioca	Alface Mandioquinha salsa Pimentão	Mexerica
6	Bife à role	Berinjela à role c/ ricota	Beterraba cozida	Branco/Integral	Carioca	Tomate Couve Jiló	Paçoquinha
7	Bife suíno grelhado	Bife de grão de bico	Farofa de cenoura	Branco/Integral	Carioca	Chuchu Espinafre Inhame	Abacate
8	Strogonoff de frango	Strogonoff de grão de bico	Batata palha	Branco/Integral	Carioca	Beterraba Rúcula Couve flor	Banana
9	Almôndega ao sugo	Almôndega de proteína de soja	Macarrão à primavera	Branco/Integral	Carioca	Chuchu Alface Vinagrete	Mexerica
10	Costelinha	Omelete	Quiabo refogado	Branco/Integral	Carioca	Cenoura Espinafre Berinjela	Laranja
11	Parmegiana de frango	Parmegiana de abobrinha	Batata rústica assada	Branco/Integral	Carioca	Repolho roxo Tomate Agrião	Melancia
12	Rocambole de carne	Rocambole de soja	Cenoura refogada	Branco/Integral	Carioca	Grão de bico Alface Rabanete	Laranja
13	Frango ao Molho	Ovo frito	Salpicão de legumes	Branco/Integral	Carioca	Couve flor Rúcula Milho	Banana

14	Panqueca de carne	Panqueca de Ricota	Repolho refogado	Branco/Integral	Carioca	Tomate Acelga Cenoura	Abacaxi
15	Cubos suíno ao molho vermelho	Bolinho de brócolis	Vagem	Branco/Integral	Carioca	Ervilha Couve Beterraba	Laranja
16	Fricassê de frango	Fricassê de Shimeji	Batata Sautê	Branco/Integral	Carioca	Tomate Espinafre Repolho c/ manga	Mexerica
17	Bife bovino de panela	Ovo mexido	Vinagrete de Mandioca	Branco/Integral	Carioca	Alface Tomate Brócolis	Maça
18	Frango assado	Bife de ricota c/ tomate	Maionese de legumes	Branco/Integral	Carioca	Rúcula Beterraba Vinagrete de Grão de bico	Banana
19	Quibe assado recheado	Quibe de proteína de soja recheado	Cenoura Cozida	Branco/Integral	Carioca	Agrião Quiabo Lentilha	Salada de fruta
20	Filé de frango grelhado	Bife de grão de bico	Creme de milho	Branco/Integral	Carioca	Berinjela Chicória Tomate	Gelatina
21	Lagarto ao molho	Hambúrguer de lentilha	Purê de Abóbora	Branco/Integral	Carioca	Couve Chuchu Repolho roxo	Laranja
22	Frango xadrez	Ovo cozido	Macarrão alho é óleo	Branco/Integral	Carioca	Pepino Alface Tomate	Banana
23	Pernil Assado	Torta de Palmito	Couve refogada	Branco/Integral	Carioca	Tomate Chicória Cenoura	Maça

## **Gramatura das refeições (Almoço):**

A composição de cada item do cardápio deverá atender a seguinte gramatura para as refeições:

### Arroz e feijão:

- Livre,

### Prato principal:

- Prato Proteico preparado sem osso (assado ou cozido) – per capita de 140 gramas;
- Prato Proteico preparado sem osso (grelhado) – per capita de 120 gramas;
- Carne moída e peixe frito – per capita de 100g;
- Prato Proteico com osso assado, grelhado ou cozido- per capita de 180 a 200 gramas;
- **Observação 1** : Per capita significa uma porção crua e limpa, retirados gorduras e nervos da carne;

### Prato vegetariano:

- Todos devem apresentar percapita de 100 gramas.
- Ovos (omelete, cozido e mexido) – percapita de 100 gramas ou 2 unidades;

### Guarnições:

- Macarrão percapita de 100 gramas;
- Farofa e Batata palha percapita de 80 gramas.
- Purê de legumes, cremes e legumes cozidos e refogados; - percapita 100 gramas

### Saladas:

- Livre;

### Sobremesas:

- frutas; banana, maçã, mexerica, laranja devem ser servidas 1 unidade por comensal.
- frutas picadas; abacate, melancia etc, devem ser servidas em pote de 100 gramas com tampa.
- Doces; Paçoca em embalagem individual pesando 15 gramas.
- Doces; Canjica, arroz doce, pudim devem ser servidos em embalagem de 100 gramas com tampa .

## **Observações 2:**

1. A Contratada pode uma vez ao mês instituir o DIA SEM CARNE, desde que realize ações de conscientização dos usuários, com aprovação da Direção Geral.
2. Todos os componentes do cardápio devem ser oferecidos diariamente, inclusive os acessórios.
3. O usuário pode optar livremente pelo prato principal ou pelo prato vegetariano, ambos

devem estar disponíveis em quantidade suficiente para atendimento da demanda de comensais.

4. Não necessariamente deve ser seguida a sequência de dias do cardápio, a contratada pode estabelecer os dias de fornecimento.
5. É vedado servir hambúrguer industrializado, podendo haver substituição por bife de carne moída ou almôndega.
6. O usuário que não consumir o prato principal, devido à presença de leite e ovos na preparação, terá direito a duas porções de guarnição.
7. A contratada deverá especificar os alergênicos presentes no cardápio, e disponibilizar substituição caso o usuário necessite.

Importante:

A elaboração dos cardápios, bem como a sua execução devem ser pautadas pela Resolução CFN Nº 600, de 25 de fevereiro de 2018 e Resolução CFN Nº 465, de 23 de agosto de 2010.

Considerando o Artigo 6º vigente da [Constituição da República Federativa do Brasil de 1988](#), que estabelece a alimentação como direito social;

Considerando os Artigos 2º e 3º da [Lei Federal nº 11.346, de 15 de setembro de 2006](#), que tratam sobre o direito humano a alimentação adequada e da segurança alimentar e nutricional;

Considerando o [Decreto nº 8.553, de 3 de novembro de 2015](#), que institui o Pacto Nacional para Alimentação Saudável;

Considerando as disposições do Ministério da Saúde na Matriz das Ações de Alimentação e Nutrição na Atenção Básica em Saúde;

Considerando que o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, editado em parceria pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, Ministério da Saúde e Ministério da Educação, trata da execução da prática de ações de Educação Alimentar e Nutricional e contempla a responsabilidade do nutricionista na aplicação destas ações enquanto recurso terapêutico em indivíduos ou grupos sadios ou com algum agravo ou doença;

Considerando as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira vigente, enquanto instrumento de práticas alimentares saudáveis para a promoção da saúde;

Considerando a edição vigente da Política Nacional de Alimentação e Nutrição;

Considerando o Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional vigente aprovado pelo pleno executivo da

Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (CAISAN);

Considerando a responsabilidade do nutricionista em prevenir a ocorrência de infrações à legislação sanitária e ao direito do consumidor e, ainda, as irregularidades impeditivas ao exercício profissional do nutricionista ou prejudiciais aos indivíduos e coletividades;

Considerando as normas de conduta para o exercício da profissão de nutricionista constantes no Código de Ética Profissional;

Considerando o compromisso profissional e legal do nutricionista, no exercício das suas atividades.

## **ITENS DO COFFEE BREAK**

Coffee break – SIMPLES: para 1.500 pessoas

- Mini pães de queijo (25grs), mini torta recheada cortadas em pequenos pedaços e bolo simples cortados em pedaços, deverão ser entregues quentes e frescos em embalagens de papelão ou

similar.

- Suco, apresentação caixa tetrapack, 1000 ml, sabores diversos (uva, pêssego, laranja), tipo concentrado, características adicionais água, açúcar, acidulante ácido cítrico e antioxidante.
- Garrafa de 500 ml de café.

#### **ITENS MÍNIMOS A SEREM OFERTADOS NA CANTINA/ LANCHONETE**

<b>ITEM</b>	<b>DESCRIÇÃO DOS PRODUTOS</b>
<b>BEBIDAS</b>	
<b>1</b>	Leite integral ou de soja com adição de chocolate cacau 70% - 200ml
<b>2</b>	Água mineral com e sem gás. Garrafa - 500ml
<b>3</b>	Bebidas isotônicas
<b>4</b>	Bebidas à base de soja
<b>5</b>	Café comum ou expresso
<b>6</b>	Café com leite
<b>7</b>	Chá - sachês
<b>8</b>	iogurte integral/light/diet/sem lactose sabores variados
<b>9</b>	Leite pasteurizado
<b>10</b>	Vitamina de fruta – mínimo de três sabores de cada
<b>11</b>	Sucos de natural de fruta– mínimo de três sabores de cada
<b>12</b>	Caldos e canjiquinha (conforme a estação do ano)
<b>13</b>	Chocolate quente (conforme a estação do ano)
<b>LANCHES</b>	
<b>14</b>	Barra de cereais
<b>15</b>	Bolos: fubá, cenoura, chocolate, integral, e outros. Fatias 160g
<b>16</b>	Bolachas e biscoitos diversos
<b>17</b>	Frutas frescas (no mínimo 2 opções: banana e maçã)
<b>18</b>	Salada de Frutas
<b>19</b>	Tapioca ou crepeoca recheada de queijo, frango e palmito
<b>20</b>	Pão com manteiga ou com ovo frito



<b>21</b>	Salgados (no mínimo 5 tipos): Quibe assado, Torta recheada, enroladinho de queijo, esfirra de carne ou frango, pastel carne ou frango assado, empada e outros; com opções para vegetarianos
<b>22</b>	Pão de queijo
<b>23</b>	Mini-pizza de frango, rúcula, aborbinha e queijo
<b>24</b>	Pão na Chapa ou pão na chapa c/ queijo
<b>25</b>	Picolés a base de frutas inatura - sabores diversos
<b>26</b>	Salgados folhados
<b>27</b>	Sanduíche "cheese" - diversas composições
<b>28</b>	Sanduíche natural

