



## JUNHO 2024

PROJETO EMEB EE

1ª Semana	2ª FEIRA 3/jun	3ª FEIRA 4/jun	4ª FEIRA 5/jun	5ª FEIRA 6/jun	6ª FEIRA 7/jun
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA INTEGRAL COM QUEIJO MUSSARELA E MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO HOT DOG COM MANTEIGA E MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG INTEGRAL COM MANTEIGA E MAÇA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, ALMONDEGAS AO MOLHO COM ABOBRINHA, SALADA DE ACELGA, MAÇA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MANDIOCA, CARNE EM CUBOS AO MOLHO COM BERINJELA SALADA DE PEPINO, SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MANDIOCA, CARNE MOÍDA COM VAGEM, SALADA DE REPOLHO, LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, FRANGO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE TOMATE, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, FRANGO EM ISCAS COM BRÓCOLIS, SALADA DE RÚCULA, SUCO DE UVA
Lanche da tarde Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32% E ROSQUINHA	IOGURTE E MAÇA	SUCO DE ACEROLA E PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	ARROZ DOCE E MAMÃO	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇA, MAMÃO)
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)*</b>	<b>Energia (Kcal)</b>		<b>Carboidratos (g%)</b>		<b>Lipídios (g%)</b>
Desjejum	532,80		70,6 – 53%		20,3 – 34%
Almoço	917,30		120,9 – 53%		32,9 – 32%
Lanche da tarde	262,60		41,2 – 63%		8,6 – 29%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



## JUNHO 2024

PROJETO EMEB EE

2ª Semana	2ª FEIRA 10/jun	3ª FEIRA 11/jun	4ª FEIRA 12/jun	5ª FEIRA 13/jun	6ª FEIRA 14/jun
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA INTEGRAL COM QUEIJO MUSSARELA E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO E MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM MANTEIGA E MAÇA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEIJÃO E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEIJÃO E MAÇA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE ACELGA, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM ESPINAFRE, SALADA DE BETERRABA, SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO PRETO, FARINHA DE MANDIOCA, PERNIL ACEBOLADO COM PIMENTÃO, SALADA DE PEPINO, MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, FRANGO AO MOLHO COM BRÓCOLIS, SALADA DE TOMATE, SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MANDIOCA, CARNE EM CUBOS COM ABOBRINHA, SALADA DE REPOLHO, ABACAXI
Lanche da tarde Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32% E BISCOITO MAISENA	ARROZ DOCE E MAÇA	SUCO DE MARACUJÁ E PÃO FRANCÊS COM QUEIJO MUSSARELA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇA, MAMÃO)	PIPOCA E BANANA
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)*</b>	<b>Energia (Kcal)</b>		<b>Carboidratos (g%)</b>		<b>Lipídios (g%)</b>
Desjejum	549,70		76,2 – 55%		19,5 – 32%
Almoço	914,20		121,0 – 53%		26,3 – 26%
Lanche da tarde	269,00		43,2 – 64%		7,6 – 25%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.

*Kinjo*  
**Kárem Miyuki Bando**  
 CRN - 4873  
 Nutricionista



## JUNHO 2024

PROJETO EMEB EE

3ª Semana	2ª FEIRA 17/jun	3ª FEIRA 18/jun	4ª FEIRA 19/jun	5ª FEIRA 20/jun	6ª FEIRA 21/jun
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA INTEGRAL COM QUEIJO MUSSARELA E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEIJÃO E MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM MANTEIGA E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEIJÃO E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO E MAÇÃ
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, ABOBRINHA, TOMATE E CENOURA), SALADA DE REPOLHO, LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA PALHA, SALADA DE PEPINO, SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, ALMÔNDEGAS AO MOLHO COM CHUCHU, SALADA DE RÚCULA E SUCO DE CAJU	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MANDIOCA, CARNE EM CUBOS AO MOLHO E CENOURA, SALADA DE BETERRABA, BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MANDIOCA, CARNE MOÍDA COM COUVE FLOR, SALADA DE ACELGA, MAÇÃ
Lanche da tarde Horário:	SUCO DE ABACAXI, PÃO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32% E BISCOITO MAISENA	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA E PÃO DE FRANCÊS COM QUEIJO MUSSARELA	ARROZ DOCE E BANANA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ, MAMÃO)
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)*</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Carboidratos (g%)</b>	<b>Proteínas (g%)</b>	<b>Lipídios (g%)</b>
Desjejum		568,90	77,5 – 54%	18,3 – 13%	21,4 – 34%
Almoço		937,40	127,1 – 54%	36,5 – 16%	33,3 – 32%
Lanche da tarde		337,70	50,0 – 59%	9,6 – 11%	12,9 – 35%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



## JUNHO 2024

PROJETO EMEB EE

4ª Semana	2ª FEIRA 24/jun	3ª FEIRA 25/jun	4ª FEIRA 26/jun	5ª FEIRA 27/jun	6ª FEIRA 28/jun
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEIJÃO E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM MANTEIGA E MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM QUEIJO MUSSARELA E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG INTEGRAL COM REQUEIJÃO E BANANA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEIJÃO E MAÇÃ
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, OVOS MEXIDOS COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA, SUCO DE CAJU	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MANDIOCA, FRANGO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE REPOLHO, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MANDIOCA, CAÇÃO AO MOLHO COM CENOURA, SALADA DE ACELGA, MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, CARNE MOÍDA COM CHUCHU, SALADA DE ALFACE E SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, FARINHA DE MILHO, FRANGO COM VAGEM, SALADA DE TOMATE, ABACAXI
Lanche da tarde Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ E BISCOITO MAISENA	ARROZ DOCE E MAÇÃ	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA E PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ, MAMÃO)	SUCO DE ABACAXI, PÃO HOT DOG COM MANTEIGA
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)*</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Carboidratos (g%)</b>	<b>Proteínas (g%)</b>	<b>Lipídios (g%)</b>
Desjejum		554,10	77,4 – 56%	16,9 – 12%	20,3 – 33%
Almoço		885,30	118,2 – 53%	36,1 – 16%	31,0 – 32%
Lanche da tarde		327,40	46,7 – 57%	7,6 – 9%	12,9 – 35%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.

*Karem*  
**Karem Miyuki Bando**  
 CRN - 4873  
 Nutricionista