

Creche Escola “Professor Joaquim Alberto de Siqueira”

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Jéssica Marcolin
Gonçalves
38050

Jessica Marcolin Gonçalves
Nutricionista
CRN-3 38050

OBSERVAÇÕES: O cardápio pode sofrer alterações - Para dúvidas e sugestões contate a nutricionista - Cardápio segue a legislação do PNAE

REFEIÇÕES	SEGUNDA 01/06/2026	TERÇA 02/06/2026	QUARTA 03/06/2026	QUINTA 04/06/2026	SEXTA 05/06/2026
Café da manhã 7h	Pão francês com manteiga - 40 g Leite com cacau - 200 g	Pão francês com manteiga - 40 g Leite com cacau - 200 g	Pão francês com manteiga - 40 g Leite com cacau - 200 g		
Almoço 10h	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne moída bovina refogada - 1 colher de sopa cheia Salada de alface - 1 colher de sopa rasa Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de Peixe assado - 0,5 porção média Salada Mista [Alface, beterraba, brócolis pepino e tomate] - 1 colher de sopa cheia Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Empanado de frango - 25 g Batata doce cozida - 1 colher de sopa rasa (picado) Fruta - 40 g		
Lanche da tarde I 12h	Fruta - 40 g	Fruta - 40 g	Fruta - 40 g		
Lanche da tarde II 13h40	Pão com carne moída - 45 g	Biscoito doce maisena - 20 g Frapê - 150 g	Arroz doce - 75 g		

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 744,93 kcal = 3.116,79 kj	Proteína 25,08 g (13,0% VET)	Lipídios 15,15 g (17,7% VET)	Carboidratos 133,29 g (69,3% VET)	Fibra alimentar 10,69 g
Cálcio 288,84 mg	Ferro 5,46 mg	Vitamina A 80,17 mcg	Vitamina C 13,29 mg	Custo R\$ 1,30