

Creche Escola "Professor Joaquim Alberto de Siqueira"

Modalidade: Creche (1 - 3 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista

Jéssica Marcolin
Gonçales
38050

Jessica Marcolin Gonçales

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 11/05/2026	TERÇA 12/05/2026	QUARTA 13/05/2026	QUINTA 14/05/2026	SEXTA 15/05/2026
Café da manhã 7h	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g	Pão francês com manteiga - 30 g Leite com cacau - 180 g
Lanche da manhã I 9h30	Fruta - 40 g	Fruta - 40 g	Fruta - 40 g	Fruta - 40 g	Fruta - 40 g
Almoço 12h	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Linguiça assada - 50 g Salada de alface - 0,5 colher de sopa cheia	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Bife bovino - 30 g Batata doce cozida - 1 colher de sopa rasa (picado)	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijoada - 45 g Salada de couve - 20 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de tilápia - 36 g Salada de tomate - 20 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Frango ensopado - 25 g Salada de repolho colorido - 1 colher de sopa cheia
Lanche da tarde I 14h	Bolo de fubá com goiabada - 35 g Suco - 0,5 caneca	Batida de abacate - 100 g	Rosquinha doce - 30 g Frapê - 120 g	Pão com carne moída - 45 g Suco - 0,5 caneca	Pão de queijo assado - 25 g Frapê - 120 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 671,19 kcal = 2.808,26 kj	Proteína 21,50 g (12,4% VET)	Lipídios 17,63 g (22,9% VET)	Carboidratos 111,93 g (64,7% VET)	Fibra alimentar 8,52 g
Cálcio 274,07 mg	Ferro 4,40 mg	Vitamina A 71,29 mcg	Vitamina C 9,17 mg	Custo R\$ 2,03