

# Creche Escola “Professor Joaquim Alberto de Siqueira”

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

**Nutricionista**

Jéssica Marcolin

Gonçales

38050

*Jessica Marcolin Gonçales*

CRN-3 38050

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

REFEIÇÕES	SEGUNDA 13/04/2026	TERÇA 14/04/2026	QUARTA 15/04/2026	QUINTA 16/04/2026	SEXTA 17/04/2026
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	Pão francês com manteiga - 40 g Leite com cacau - 200 g	Pão francês com manteiga - 40 g Leite com cacau - 200 g
Almoço 9h30	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Linguiça assada - 50 g Salada de tomate - 20 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de tilápia - 40 g Salada de brócolis - 15 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Strogonoff de iscas bovinas - 2 colher de sopa cheia Batata palha - 20 g 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 frango grelhado - 50 g Acelga - 5 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno - Refogado(a) - 50 g Salada de couve - 20 g Fruta - 40 g
Lanche da tarde I 10h30	Canjica tradicional - 1 colher de sopa cheia	Pão com molho de frango - 45 g Suco - 0,5 caneca	Bolacha salgada - 10 g Frapê - 150 g	Fátia Hungara - 90 g	Torta salgada de frango - 1 pedaço pequeno Suco - 0,5 caneca

## COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 751,57 kcal = 3.144,58 kj	Proteína 26,87 g (13,9% VET)	Lipídios 22,41 g (26,2% VET)	Carboidratos 115,38 g (59,9% VET)	Fibra alimentar 9,97 g
Cálcio 284,74 mg	Ferro 5,42 mg	Retinol (Vitamina A) 67,17 mcg	Vitamina C 8,59 mg	Custo R\$ 1,66