

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
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 18/05/2026	TERÇA 19/05/2026	QUARTA 20/05/2026	QUINTA 21/05/2026	SEXTA 22/05/2026
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
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 - 0,5 concha média rasa Empanado de frango - 25 g Salada de tomate - 20 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Strogonoff de frango - 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 Bife bovino - 30 g Salada de repolho colorido - 1 colher de sopa cheia Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne Suína acebolada - 30 g Farofa - 10 g Salada de couve - 20 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Frango assado com batata - 0,5 unidade média Salada de beterraba - 1 colher de sopa cheia Fruta - 40 g
Lanche da tarde I 14h	Bolo de Chocolate com Calda de Coco - 30 g Leite com cacau em pó com açúcar - 1 copo pequeno	Pão doce - 30 g Chá mate orgânico - 100 g	Bolo de fubá com goiabada - 35 g Frapê - 150 g	Torta salgada de presunto e queijo - 1 pedaço pequeno Suco - 0,5 caneca	Canjica tradicional - 1 colher de sopa cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 706,60 kcal = 2.956,41 kj	Proteína 21,32 g (11,6% VET)	Lipídios 19,85 g (24,3% VET)	Carboidratos 117,78 g (64,1% VET)	Fibra alimentar 11,76 g
Cálcio 334,82 mg	Ferro 5,42 mg	Vitamina A 84,11 mcg	Vitamina C 12,91 mg	Custo R\$ 1,50