

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

REFEIÇÕES	SEGUNDA20/04/2026	TERÇA21/04/2026	QUARTA22/04/2026	QUINTA23/04/2026	SEXTA24/04/2026
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
Almoço 9h30			Macarrão com Carne Moída [bolonhesa] - 1 colher de arroz cheia 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 tomate - 20 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Bife bovino - 30 g Creme de milho - 20 g Salada de repolho colorido - 1 colher de sopa cheia Fruta - 40 g
Lanche da tarde 1 10h30			Pão com Requeijão - 50 g Frapê - 150 g	Bolo simples - 1 fatia média Batida de abacate - 1 copo pequeno	Pão salgado recheado - 30 g Suco - 0,5 caneca

## COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 756,36 kcal = 3.164,61 kj	Proteína 23,15 g (11,9% VET)	Lipídios 15,99 g (18,5% VET)	Carboidratos 135,27 g (69,6% VET)	Fibra alimentar 9,62 g
Cálcio 362,76 mg	Ferro 5,49 mg	Retinol (Vitamina A) 70,65 mcg	Vitamina C 8,41 mg	Custo R\$ 1,60