

Creche Escola “Professor Joaquim Alberto de Siqueira”

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Jéssica Marcolin
Gonçalves
38050

Jéssica 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 08/06/2026	TERÇA 09/06/2026	QUARTA 10/06/2026	QUINTA 11/06/2026	SEXTA 12/06/2026
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	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 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 Feijoada - 0,5 concha média cheia Farofa - 15 g Salada de couve - 20 g Fruta - 40 g	Arroz branco - 1 colher de sopa cheia Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Vaca atolada com carne e aipim - 1 colher de sopa cheia Fruta - 40 g
Lanche da tarde I 12h	Bolo simples - 1 fatia média Leite com cacau em pó com açúcar - 1 copo pequeno	Bolo salgado - 35 g Suco - 0,5 caneca	Bolacha doce - 30 g	Bolacha salgada - 30 g Suco - 0,5 caneca	Biscoito de polvilho - 20 g Chá preto infusão 5% - 200 g

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 579,02 kcal = 2.422,62 kj	Proteína 21,84 g (14,6% VET)	Lipídios 19,67 g (29,7% VET)	Carboidratos 83,10 g (55,7% VET)	Fibra alimentar 10,03 g
Cálcio 321,60 mg	Ferro 5,26 mg	Vitamina A 80,04 mcg	Vitamina C 8,61 mg	Custo R\$ 2,67