



	30_2017	SEGUNDA-FEIRA 18/09	TERÇA-FEIRA 19/09	QUARTA-FEIRA 20/09	QUINTA-FEIRA 21/09	SEXTA-FEIRA 22/09 INÍCIO DA PRIMAVERA
C2	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DOCE COM REQUEIJÃO	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ÁGUA E SAL	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DOCE COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA SUCO / FRUTA / MEL	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO OU DESFIADO REPOLHO MEL	ARROZ VACA ATOLADA CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM MANDIOCA COUVE BANANA	ARROZ FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM LEGUME PEPINO	MACARRÃO PRIMAVERA* MACARRÃO PARAFUSO COM LEGUMES E FRANGO EM PEDAÇO OU DESFIADO TOMATE SUCO	ARROZ POLENTA** CARNE MOIDA COM MOLHO DE TOMATE ALFACE

	31_2017	SEGUNDA-FEIRA 25/09	TERÇA-FEIRA 26/09	QUARTA-FEIRA 27/09	QUINTA-FEIRA 28/09	SEXTA-FEIRA 29/09
A1	CAFÉ ENTRADA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ÁGUA E SAL	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DOCE COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO DOCE COM MARGARINA	BEBIDA LACTEA SABOR VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO ROSQUINHA
	ARROZ / MACARRÃO FEIJÃO MISTURA LEGUME VERDURA SUCO / FRUTA / MEL	ARROZ CARNE BOVINA, PATINHO EM ISCAS COM CENOURA ACELGA MEL	MACARRÃO PADRE NOSSO* COM CARNE MOIDA COM ABOBRINHA REPOLHO BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇO BETERRABA	ARROZ POSTA DE CAÇÃO COM BATATA E TOMATE ALFACE MAÇA	ARROZ FEIJÃO SALADA PARAYTINGA (OVO COZIDO, MANDIOQUINHA SALSA, CENOURA E CHUCHU) SUCO

SALADA PARAYTINGA,

RECEITA DA MERENDEIRA **GLAUCIA C. NARÉZIO**
PARA CONCURSO "MELHORES RECEITAS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR".

PARABÉNS!!

*Macarrão e misturas (frango em pedaço ou desfiado/carne moída) separados.

** Fazer e servir a polenta pura, separada da carne moída com molho de tomate.

Valor

Nutricional	Por Categoria	Média	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lípidios	Fibras	Vitaminas		Minerais (mg)				
			(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	A (µg)	C (mg)	Cálcio	Ferro	Magnésio	Zinco	Sódio
(média por refeição)	Pré-Escola		266,36	32,1	12,44	9,8	3,02	220,88	13,28	40,08	2,24	32,32	1,52	523,52

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES. Legumes, verduras e frutas podem ser substituídos por outras de acordo com a safra/produção/entrega.

Cardápio elaborado em 28/08/2017, atualizado em 04/09/2017 por Natália Irina Nutricionista RT CRN 3 22325. Imagens retiradas do Google.