

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	19/08/24	20/08/24	21/08/24	22/08/24
DESJEJUM	Pão Leite com manteiga Chá mate Melão Picado	Mingau de aveia Mamão Picado	Bolo de fubá Leite com cacau Banana	Pão de leite com doce de uva Chá Mate Ponkan
ALMOÇO	Arroz parbolizado Virado Feijão Preto Isclas de frango com abobrinha Legumes Sautee (Batata, cenoura e chuchu)	Arroz parbolizado Feijão Carioca Peixe ensopado com cenoura Batata Saute com orégano Salada Repolho	Arroz parbolizado Feijão Preto Carne moída com molho com cenoura Farofa de Couve	Arroz parbolizado Feijão Carioca Frango (iscas c/sb) ao sugo com milho Cenoura Sauté Salada de alface roxa
LANCHE	Polenta Cremosa Molho de Carne moída com Cenoura e Abobrinha	Risoto de Frango com Legumes (abóbora , abobrinha e cenoura)	Farofa de ovos com Cenoura e espinafre Chá mate Banana	Macarrão parafuso com molho de carne moída e cenoura e abobrinha
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	26/08/24	27/08/24	28/08/24	29/08/24
DESJEJUM	Biscoito Salgado	Pão de leite com manteiga	Pão de leite com queijo	Bolo Marmore
	Chá mate	Leite	cha mate	suco de uva
	Maçã	Melão Picado	Banana	Maçã
ALMOÇO	Arroz parbolizado	Arroz parbolizado	Arroz parbolizado	Arroz parbolizado
	Feijão Preto	Feijão Carioca	Feijão Preto	Feijão Carioca
	Ovos mexidos com Espinafre	Carne Moída Refogada com cenoura	Frango (iscas c/sc) ensopado comaipim	Carne moída com cenoura e tomate
	Salada de Beterraba Cozida	Farofa de Repolho	Salada de Alface com Tomate	Quibebe
LANCHE	Macarrão Parafuso alho e oleo	Sopa de feijão com carne moída e macarrão	Polenta cremosa com molho de frango e abobrinha	Arroz doce caramelizado
	Frango ao molho com cenoura	Torradas		Banana
	Laranja			

Cardápio sujeito á alteração / Agricultura Familiar - AF

VALDIRENE HITNER PADILHA CRN 8 1652

SEMANA 1 (01/08)	Energia (Kcal): 277 / Carboidrato (g): 49 / Lípidios (g): 10 / Proteínas (g): 10
SEMANA 2	Energia (Kcal): 1092 / Carboidrato (g): 182 / Lípidios (g): 23 / Proteínas (g): 43
SEMANA 3	Energia (Kcal): 1038 / Carboidrato (g): 174 / Lípidios (g): 21 / Proteínas (g): 43
SEMANA 4	Energia (Kcal): 1045 / Carboidrato (g): 188 / Lípidios (g): 18 / Proteínas (g): 38
SEMANA 5	Energia (Kcal): 1130 / Carboidrato (g): 197 / Lípidios (g): 22 / Proteínas (g): 41