

	SEGUNDA 24/06	TERÇA 25/06	QUARTA 26/06	QUINTA 27/06	SEXTA 28/06
Desjejum	Leite com cacau	Chá camomila	Leite com banana (AF)	Chá de cidreira	Leite
	Pão abóbora com queijo	Pão de milho com manteiga	Pão de aveia com queijo	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga
	Laranja	Maçã (AF)	Ponkan (AF)	Mamão	Banana (AF)
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Omelete de forno	Fricassê de frango	Iscas de Carne ao molho	Iscas de coxa Frango empanado assado	Moída com ovos refogada com ervas
	legumes refogados (cenoura AF chuchu e vagem)	Batata palito cozida com açafrão e assada com orégano	Aipim sautéé em cubinho	Macarrão ao sugo	Repolho refogado
	Salada de repolho (AF)	Salada de beterraba (AF)	Salada de brócolis (AF) e couve flor (AF)	Salada de alface (AF) e cenoura (AF) ralada	Salada de chuchu e tomate
Lanche	Maçã	Mamão	Banana (AF)	Pokan (AF)	Creme de frutas (banana AF, maçã AF, mamão) com leite em pó
Jantar	Quirera com molho de frango e abobrinha ralada Salada de pepino	Sopa de feijão com macarrão, carne, batata e couve (AF)	Sopa de frango, macarrão,batata doce (AF), chuchu, couve flor (AF) e espinafre	Sopa de carne com macarrão, abóbora, Batata salsa e couve flor	Risoto de frango com abobrinha e espinafre Salada de brócolis (AF)

Deysi C. Wielewski- nutricionista CRN8 5285

OFERTAR LEITE NO DESJEJUM DIARIAMENTE PARA AS CRIANÇAS DO INFANTIL QUE APRESENTAREM 1 ANO OU MAIS.

Cardápio sujeito á alteração / AF - agricultura familiar.

Informação Nutricional	
SEMANA 1	Energia (Kcal): 1015 / Carboidrato (g): 159 / Lidípios (g): 27 / Proteínas (g): 43 / Cálcio (mg): 291 / Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 526 / Vitamina C (mcg): 142
SEMANA 2	Energia (Kcal): 1028 / Carboidrato (g): 161 / Lidípios (g): 26 / Proteínas (g): 44 / Cálcio (mg): 368 / Ferro (mg): 6 / Vitamina A (mcg): 1127 / Vitamina C (mcg): 152
SEMANA 3	Energia (Kcal): 1029 / Carboidrato (g): 159 / Lidípios (g): 26 / Proteínas (g): 46 / Cálcio (mg): 398 / Ferro (mg) : 5 / Vitamina A (mcg): 1032 / Vitamina C (mcg): 114
SEMANA 4	Energia (Kcal): 975 / Carboidrato (g): 155 / Lidípios (g): 25 / Proteínas (g): 39 / Cálcio (mg): 264/ Ferro (mg): 5 / Vitamina A (mcg): 803/ Vitamina C (mcg): 133

