

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/dez	17/dez	18/dez	19/dez	20/dez
Desjejum	Leite frio com cacau	Chá de cidreira	Vitamina de mamão com maçã	Suco polpa de manga	FÉRIAS
	Pão de milho com manteiga	Pão de abóbora com manteiga	Pão de leite com queijo	Pão de forma (AF) com manteiga	
	Maçã	Melancia	Banana (AF)	Morango (AF)	
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão preto	
	Carne moída com batatas (AF) ao molho sugo	Cubinhos de frango ao molho	Isclas de carne bovina desfiada ao molho sugo com ervilhas	Frango iscas de coxa empanado assado	
		Purê de batata com cenoura	Farofa de couve (AF) e cenoura (AF)	Macarrão gravatinha ao alho e óleo	
	Salada de repolho AF com cenoura ralada AF	Salada de beterraba (AF) cozida	Salada de alface (AF) e tomate	Salada de pepino (AF)	
Lanche	Manga com maçã	Flocos de milho + vitamina de banana	Smothie de frutas (leite, iogurte, pêssego (AF), maçã e banana)	Frozen de banana (AF) com morango (AF) (morango e banana congelados batidos)	
Jantar	Macarrão com molho de frango, espinafre e cenoura (AF) ralada Salada de tomate	Quirera com molho de carne bovina desfiada, cenoura (AF) e couve manteiga (AF) Salada de acelga (AF)	Sopa de frango, macarrão, brócolis, abobrinha (AF) e batata doce	Pão de leite com carne moída ao sugo, milho e ervilha Suco de polpa de uva	
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): 1019 / Carboidrato (g): 154 / Lidípios (g): 29 / Proteínas (g): 43 / Cálcio (mg): 286,90 / Ferro (mg): 6,52 / Vitamina A (mcg): 372,88 / Vitamina C (mcg): 109,31				
SEMANA 2	Energia (Kcal): 1022 / Carboidrato (g): 175 / Lidípios (g): 20 / Proteínas (g): 41 / Cálcio (mg): 287,98 / Ferro (mg): 6,14 / Vitamina A (mcg): 372,38 / Vitamina C (mcg): 137,36				
SEMANA 3	Energia (Kcal): 1031 / Carboidrato (g): 156 / Lidípios (g): 28 / Proteínas (g): 44 / Cálcio (mg): 375,23 / Ferro (mg): 6,07 / Vitamina A (mcg): 834,85 / Vitamina C (mcg): 83,18				

MARIA EDUARDA VICENTE
Nutricionista Controller
CRN8 12340