

	29/jul	30/jul	31/jul	1/ago	2/ago
Desjejum	Leite com cacau	Chá cidreira	Leite morno	Chá erva doce	Leite morno
	Pão de leite com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Pão de aveia com queijo	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga
	Maçã (AF)	Pokan (AF)	Laranja	Banana (AF)	Mamão
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Carne moída refogada com ovos	Frango desfiado ao molho com cenoura (AF) e abobrinha raladas	Barreado	Iscas de frango empanada assada	Carne moída com milho verde ao sugo
	Legumes refogados (cenoura (AF), chuchu e abobrinha)	Batata sauté com açafrão	Farofa de banana (AF)	Repolho (AF) refogado	Lasanha de legumes (abobrinha, cenoura e couve-flor)
	Salada de repolho (AF)	Salada de beterraba (AF)	Salada de tomate com orégano	Salada de alface (AF) e pepino	Salada de acelga com cenoura (AF) ralada
Lanche	Laranja + leite	Mamão + Leite	Salada de frutas (Banana AF, maçã, mamão, manga e suco de laranja) + leite	Maçã (AF) + leite	Banana (AF) + leite
Jantar	Sopa de frango com macarrão, chuchu, cenoura (AF), abóbora e repolho (AF)	Sopa de carne com macarrão, abóbora, batata salsa e couve flor	Risoto de frango com abobrinha e espinafre (AF)	Polenta com molho de almondegas, cenoura (AF) ralada e couve	Sopa de frango, macarrão, batata salsa, cenoura (AF) e vagem

Deysi C. Wielewski- nutricionista CRN8 5285

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

Cardápio sujeito à alteração / AF - agricultura familiar.

Informação Nutricional	
SEMANA 1 MANHÃ	Energia (Kcal): 695 / Carboidrato (g): 112 / Lípidios (g): 17 / Proteínas (g): 27 / Cálcio (mg): 217 / Ferro (mg): 4,15 / Vitamina A (mcg): 291,32 / Vitamina C (mcg): 65,8
SEMANA 2 MANHÃ	RECESSO
SEMANA 3 MANHÃ	RECESSO
SEMANA 4 MANHÃ	Energia (Kcal): 690 / Carboidrato (g): 108 / Lípidios (g): 18 / Proteínas (g): 27 / Cálcio (mg): 258,5 / Ferro (mg): 4,6 / Vitamina A (mcg): 438,6 / Vitamina C (mcg): 77,3
SEMANA 5 MANHÃ	Energia (Kcal): 663 / Carboidrato (g): 99 / Lípidios (g): 19 / Proteínas (g): 27 / Cálcio (mg): 357,8 / Ferro (mg): 6,8 / Vitamina A (mcg): 254,6 / Vitamina C (mcg): 45,7
SEMANA 1 TARDE	Energia (Kcal): 340,8 / Carboidrato (g): 56 / Lípidios (g): 7 / Proteínas (g): 17 / Cálcio (mg): 181 / Ferro (mg): 1,5 / Vitamina A (mcg): 290,5 / Vitamina C (mcg): 53,1
SEMANA 2 TARDE	RECESSO
SEMANA 3 TARDE	RECESSO
SEMANA 4 TARDE	Energia (Kcal): 345,9 / Carboidrato (g): 49 / Lípidios (g): 10 / Proteínas (g): 16 / Cálcio (mg): 166,6 / Ferro (mg): 1,6 / Vitamina A (mcg): 382,4 / Vitamina C (mcg): 56,3
SEMANA 5 TARDE	Energia (Kcal): 316,2 / Carboidrato (g): 46 / Lípidios (g): 10 / Proteínas (g): 14 / Cálcio (mg): 156,3 / Ferro (mg): 1,2 / Vitamina A (mcg): 321 / Vitamina C (mcg): 69,8
SEMANA 5 TARDE	Energia (Kcal): 316,2 / Carboidrato (g): 46 / Lípidios (g): 10 / Proteínas (g): 14 / Cálcio (mg): 156,3 / Ferro (mg): 1,2 / Vitamina A (mcg): 321 / Vitamina C (mcg): 69,8

MARIA EDUARDA VICENTE
Nutricionista Controller
CRN8 12340