

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/ago	20/ago	21/ago	22/ago	23/ago
Desjejum	Leite com cacau	Chá de cidreira	Leite	Chá de camomila	Vitamina de morango com banana
	Pão de leite com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Torta salgada com queijo, milho, cenoura e couve flor	Pão de forma com manteiga	Pão de forma com manteiga
	Maçã	Melão	Laranja	Banana	Mamão
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz de feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Carne moída ao sugo com cenoura ralada	Frango desfiado com molho branco	Carne (Isclas bovina) ao molho sugo	Isclas de coxa de Frango ao molho orégano e tomate	Almondegas caseiras ao molho
	Macarrão parafuso	Cenoura refogada	Batata doce sauté	Farofa de espinafre e brócolis	Polenta de forno
	Salada repolho	Salada de beterraba cozida	Salada de Alface	Salada de cenoura e chuchu	Salada de tomate
Lanche	mamão + LEITE	maçã + LEITE	Banana + LEITE	Laranja + LEITE	Creme de frutas (banana, maçã, mamão e morango com leite me pó)
Jantar	Sopa de carne bovina com macarrão, batata, brócolis e abobrinha	Quirera, frango com molho, cenoura e espinafre e salada de acelga	Sopa de feijão com carne bovina, macarrão, cenoura e espinafre	Sopa de frango, macarrão, chuchu, abóbora, cenoura e repolho	Sanduche de patê de frango, queijo, cenoura e alface Suco polpa de manga
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/ago	27/ago	28/ago	29/ago	30/ago
Desjejum	Leite com cacau	Chá cidreira	Vitamina de mamão	Chá erva doce	Leite
	Pão de leite com queijo	Pão de cenoura com manteiga	Pão de aveia com queijo	Pão de forma com manteiga	Pão de forma com manteiga
	Maçã	Laranja	Banana	Mamão	Melão
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto
	Ovos cozidos	Cubinhos de frango ao molho	Carne moída ensopada com batatas	Isclas de coxa de frango empanado assado	Carne (Iscla bovina) ao molho madeira
	Repolho refogado	Aipim sauté	Batata salsa refogada	Jardineira de legumes (Abobrinha, cenoura e batata)	Nhoque ao sugo
	Salada de cenoura cozida e chuchu	Salada de acelga	Salada de brócolis e couve flor	Salada de tomate com orégano	Salada de alface e salada de lentilha
Lanche	Mamão + LEITE	Maçã + LEITE	Salada de frutas (banana, maçã, manga, mamão)	Laranja + LEITE	Banana + LEITE
Jantar	Risoto de frango com cenoura e espinafre Salada de repolho	Sopa de carne bovina com macarrão, abóbora, batata salsa e couve flor	Sopa canja (isclas de coxa de frango, abobrinha, batata e cenoura)	Polenta com molho de carne bovina desfiada, abobrinha e cenoura	Lasanha de isclas de coxa de frango com abobrinha e cenoura ralada
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): 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 2 MANHÃ	Energia (Kcal): 709 / Carboidrato (g): 110 / Lípidios (g): 19 / Proteínas (g): 29 / Cálcio (mg): 322,11/ Ferro (mg): 6,99 / Vitamina A (mcg): 352,84 / Vitamina C (mcg): 69,85				
SEMANA 3 MANHÃ	Energia (Kcal): 679 / Carboidrato (g): 106 / Lípidios (g): 18 / Proteínas (g): 27 / Cálcio (mg): 250,54 / Ferro (mg): 4,24 / Vitamina A (mcg): 406,30 / Vitamina C (mcg): 62,67				
SEMANA 4 MANHÃ	Energia (Kcal): 749 / Carboidrato (g): 113 / Lípidios (g): 21 / Proteínas (g): 30 / Cálcio (mg): 277,84 / Ferro (mg): 4,37 / Vitamina A (mcg): 652,72/ Vitamina C (mcg): 67,79				
SEMANA 5 MANHÃ	Energia (Kcal): 650 / Carboidrato (g): 104 / Lípidios (g): 16 / Proteínas (g): 25 / Cálcio (mg): 280,82/ Ferro (mg): 7,11 / Vitamina A (mcg): 248,15/ Vitamina C (mcg): 63,90				
SEMANA 1 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 2 TARDE	Energia (Kcal): 399 / Carboidrato (g): 53 / Lípidios (g): 13 / Proteínas (g): 19 / Cálcio (mg): 246,98/ Ferro (mg): 1,75 / Vitamina A (mcg): 322,78/ Vitamina C (mcg): 53,17				
SEMANA 3 TARDE	Energia (Kcal): 374 / Carboidrato (g): 58 / Lípidios (g): 9 / Proteínas (g): 18 / Cálcio (mg): 193,99 / Ferro (mg): 1,51 / Vitamina A (mcg): 377,69 / Vitamina C (mcg): 70,66				
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): 356 / Carboidrato (g): 52 / Lípidios (g): 9 / Proteínas (g): 17 / Cálcio (mg): 192,80/ Ferro (mg): 1,90 / Vitamina A (mcg): 280,08/ Vitamina C (mcg): 54,29				