

	SEGUNDA 21/04	TERÇA 22/04	QUARTA 23/04	QUINTA 24/04	SEXTA 25/04
Desjejum	FERIADO	Chá camomila	Leite com maçã	Chá de cidreira	Leite
		Pão de leite com manteiga	Pão de aveia com creme de ricota	Pão de forma (AF) com manteiga	Pão de forma (AF) com manteiga
		Maçã (AF)	Ponkan (AF)	Morango (AF)	Banana (AF)
Almoço		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto
		Frango desfiado refogado com vagem	Iscas de carne ao molho com ervilhas	Iscas de coxa de Frango desfiado ao molho	Almondegas caseiras ao molho
		Batata sauté (AF)	Purê de aipim (AF)	Quirera	Macarrão espaguete
		Salada de cenoura (AF) cozida	Salada de brócolis (AF) e couve flor (AF)	Salada de alface (AF) e cenoura (AF) ralada	Salada de beterraba (AF) cozida
Lanche		Mamão	Caqui (AF)	Banana (AF)	Ponkan (AF)
Jantar		Arroz nutritivo cremoso (molho bolonhesa, cenoura ralada (AF), ovos, espinafre)	Sopa de frango, macarrão,batata doce (AF), chuchu, couve flor (AF) e espinafre	Pão com carne moída, cenoura e cheiro verde Suco de uva	Sopa de frango, batata salsa, cenoura (AF), vagem e macarrão
	SEGUNDA 28/04	TERÇA 29/04	QUARTA 30/04	QUINTA	SEXTA
Desjejum	Leite com cacau	Chá camomila	Leite	FERIADO	RECESSO
	Pão nutritivo com queijo	Pão de leite com manteiga	Pão de aveia com queijo		
	Melão	Mamão	Banana (AF)		
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto		
	Omelete de forno	Frango ensopado com cenouras	Carne bovina tiras ao molho com ervilhas		
	Batata gratinada (com molho branco e queijo)	Abobrinha refogada	Farofa de espinafre (AF) e cenoura (AF)		
	Salada de pepino e tomate	Salada de acelga (AF)	Salada de repolho (AF) com cenoura ralada (AF)		
Lanche	Manga com maçã	Maçã (AF)	Laranja		
Jantar	Quirera com molho de frango,couve manteiga (AF) e abobrinha Salada de acelga (AF)	Sopa de carne com macarrão, batata, brócolis e abobrinha	Macarrão com almondegas caseiras ao sugo e abobrinha		
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.					
SEMANA 1		Energia (Kcal): 948 / Carboidrato (g): 169 / Lidípios (g): 20 / Proteínas (g): 42			
SEMANA 2		Energia (Kcal): 1015 / Carboidrato (g): 175 / Lidípios (g): 36 / Proteínas (g): 48			
SEMANA 3		Energia (Kcal): 920 / Carboidrato (g): 150 / Lidípios (g): 18 / Proteínas (g): 39			
SEMANA 4		Energia (Kcal): 1032 / Carboidrato (g): 176 / Lidípios (g): 28 / Proteínas (g): 47			
SEMANA 5		Energia (Kcal): 939 / Carboidrato (g): 158 / Lidípios (g): 15 / Proteínas (g): 36			