



MUNICÍPIO DE PORTO FERREIRA

"A Capital Nacional da Cerâmica Artística e da Decoração"

Secretaria de Educação

ABRIL / 2022

Cardápio Ensino Infantil - EMEI (Período Integral) - Faixa Etária: 4 a 6 anos

	Refeição	Segunda-Feira / 04/04	Terça-Feira / 05/04	Quarta-Feira / 06/04	Quinta-Feira / 07/04	Sexta-Feira / 08/04
SEMANA 1	Lanche da Tarde	Leite com Cacau, Biscoito Simples	Leite com Cacau, Biscoito Simples	Bolo Caseiro, Suco de Fruta	Mingau de Aveia com Banana	Suco de Fruta, Pão com Requeijão
	Almoço	Arroz, Peito de Frango cozido com Chuchu / Fruta	Arroz, Feijão, Carne Bovina em cubos cozida com Batata	Arroz, Feijão, Carne Moída Refogada com Chuchu / Fruta	Arroz, Feijão, Peito de Frango cozido com Tomate e Cenoura Ralada	Arroz, Carne Bovina em Cubos com Mandioca / Fruta
	Lanche da Tarde	Salada de Frutas	Torta Salgada, Suco de Fruta	Leite com Banana, Bolo Simples	Suco de Frutas, Pão com Requeijão	Salada de Frutas
	Composição Nutricional Média		Energia (kcal) 793,87	Carboidratos (g) 127,58	Proteínas (g) 28,09	Lipídios (g) 20,44
SEMANA 2	Refeição	Segunda-Feira / 11/04	Terça-Feira / 12/04	Quarta-Feira / 13/04	Quinta-Feira / 14/04	Sexta-Feira / 15/04
	Lanche da Manhã	Leite com Cacau, Biscoito Simples	Leite com Frutas	Bolo Caseiro, Suco de Fruta	Suco de Frutas, Biscoito Simples	FERIADO
	Almoço	Arroz, Carne Moída refogada com Cenoura e Batata / Fruta	Arroz, Feijão, Peito de Frango cozido com Abobrinha	Macarrão ao Molho de Tomate com Almôndegas / Fruta	Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Couve	
	Lanche da Tarde	Salada de Frutas	Torta Salgada, Suco de Fruta	Leite com Banana, Bolo Simples	Suco de Frutas, Pão com Requeijão	Salada de Frutas
Composição Nutricional Média		Energia (kcal) 605,35	Carboidratos (g) 96,5	Proteínas (g) 20	Lipídios (g) 16,46	
SEMANA 3	Refeição	Segunda-Feira / 18/04	Terça-Feira / 19/04	Quarta-Feira / 20/04	Quinta-Feira / 21/04	Sexta-Feira / 22/04
	Lanche da Manhã	Leite com Cacau, Biscoito Simples	Suco de Frutas, Biscoito Rosquinha	Bolo Caseiro, Suco de Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
	Almoço	Risoto de Frango com Legumes / Fruta	Arroz, Feijão, Carne Bovina Cozida, Abobrinha Refogada	Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Escarola / Fruta		
	Lanche da Tarde	Salada de Frutas	Torta Salgada, Suco de Fruta	Leite com Banana, Bolo Simples		
Composição Nutricional Média		Energia (kcal) 585,66	Carboidratos (g) 93,1	Proteínas (g) 20,01	Lipídios (g) 15,86	
SEMANA 4	Refeição	Segunda-Feira / 25/04	Terça-Feira / 26/04	Quarta-Feira / 27/04	Quinta-Feira / 28/04	Sexta-Feira / 29/04
	Lanche da Manhã	Suco de Frutas, Biscoito Salgado	Leite com Cacau, Biscoito Simples	Biscoito Rosquinha, Suco de Fruta	Leite com Frutas	Suco de Fruta, Pão com Requeijão
	Almoço	Arroz, Peito de Frango cozido com Cenoura e Chuchu / Fruta	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos ao Molho	Arroz, Feijão, Frango cozido Cenoura / Fruta	Macarrão Almôndegas ao Molho de Tomate	Arroz, Picadinho de Carne Bovina com Legumes / Fruta
	Lanche da Tarde	Salada de Frutas	Torta Salgada, Suco de Frutas	Salada de Frutas	Suco de Frutas, Pão com Requeijão	Bolo simples (aniversariantes), Suco de Fruta
Composição Nutricional Média		Energia (kcal) 668,48	Carboidratos (g) 113,93	Proteínas (g) 21,07	Lipídios (g) 15,88	

Vanessa Fernanda de Souza  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 27729