

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA

PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

nov/22

	2ª FEIRA	3ª FEIRA 01/nov	4ª FEIRA 02/nov	5ª FEIRA 03/nov	6ª FEIRA 04/nov
C3 - DESJEJUM		PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Bebida láctea de frutas, biscoito maisena	Leite pasteurizado com cacau, Pão com requeijão
Horário					
C6 - REFEIÇÃO		PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Arroz , feijão carioca, almondegas assadas ao sugo. Purê de batata. Maçã	Pão com carne moída ao molho de tomate e suco de caju
Horário					
C4 - LANCHE DA TARDE		PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Suco de caju, Bolo de laranja	Leite pasteurizado integral com banana, biscoito salgado
Horário					
C7 - REFEIÇÃO		PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Macarrão ao sugo, carne moída com cheiro verde, escarola refogada. Banana	Risoto de frango desfiado com abóbora ralada e cheiro verde. Suco de Maracujá
Horário					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1547	66%	15%	19%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA

PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

nov/22

	2ª FEIRA 07/nov	3ª FEIRA 08/nov	4ª FEIRA 09/nov	5ª FEIRA 10/nov	6ª FEIRA 11/nov
C3 - DESJEJUM Horário	Leite pasteurizado integral com maçã e banana, biscoito maria	Leite pasteurizado com cacau, Pão com margarina	Leite pasteurizado integral com banana, biscoito maisena	Leite pasteurizado integral com mamão e banana, Pão com requeijão	Bebida láctea de frutas, biscoito salgado
C6 - REFEIÇÃO Horário	Arroz e feijão carioca, torta cremosa de repolho (ovo, repolho, cebola, tomate, cheiro verde), cenoura e abobrinha sauté. Melancia	Arroz e feijão carioca, carne moída refogada, purê de batata. Abacaxi.	Arroz e feijão carioca, carne em cubos refogada com cebola e cheiro verde, couve refogada.	Macarrão ao sugo, carne moída com cheiro verde, salada de Alface com tomate. Banana	Pão com frango desfiado ao molho de tomate, suco de Maracujá
C4 - LANCHE DA TARDE Horário	Leite pasteurizado integral com banana e aveia	Suco de goiaba, Bolo de fubá	Bebida láctea de frutas, biscoito salgado	Leite pasteurizado integral pasteurizado com cacau, pão com requeijão	Leite pasteurizado integral com banana e mamão, biscoito maisena
C7 - REFEIÇÃO Horário	Arroz, feijão carioca, almondegas assadas ao sugo, purê de batata. Maçã	Arroz e feijão carioca, lasanha de abobrinha (fatias intercaladas abobrinha e carne moída ao molho de tomate). Cenoura sauté. Banana	Arroz e feijão carioca, frango em cubos dourado com cheiro verde, couve refogada. Melancia	Macarrão ao sugo, carne cubos refogada com cebola e cheiro verde, salada de alface com tomate.	Risoto de carne moída com abóbora ralada, suco de pêssego
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1592	64%	17%	19%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA

PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

nov/22

	2ª FEIRA 14/nov	3ª FEIRA 15/nov	4ª FEIRA 16/nov	5ª FEIRA 17/nov	6ª FEIRA 18/nov
C3 - DESJEJUM					
Horário	FERIADO	FERIADO	Bebida láctea de frutas, biscoito salgado	Leite pasteurizado com cacau, Pão com margarina	Leite pasteurizado integral c/ banana e mamão, biscoito maisena
C6 - REFEIÇÃO					
Horário	FERIADO	FERIADO	Arroz e feijão carioca, peixe empanado com farinha de milho, purê misto de cenoura e batata, repolho refogado. Maçã	Macarrão ao molho de tomate, carne moída refogada com cheiro verde, salada de alface com tomate. Banana	Pão com molho de salsicha com cheiro verde, suco de pessego
C4 - LANCHE DA TARDE					
Horário	FERIADO	FERIADO	Bebida láctea de frutas, biscoito leite	Suco de caju, Bolo de cenoura	Leite pasteurizado integral com banana e maçã, pão com requeijão
C7 - REFEIÇÃO					
Horário	FERIADO	FERIADO	Arroz e feijão carioca, torta cremosa de repolho (ovo, repolho, cebola, tomate, cheiro verde), cenoura sauté. Maçã	Arroz, Feijão, carne em cubos com tomate e cheiro verde. Purê de batata. Couve refogada. Mamão	Risoto de carne moída refogada com cebola e cheiro verde. Suco de goiaba
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1606	66%	15%	19%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA

PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

nov/22

	2ª FEIRA 21/nov	3ª FEIRA 22/nov	4ª FEIRA 23/nov	5ª FEIRA 24/nov	6ª FEIRA 25/nov
C3 - DESJEJUM Horário	Bebida láctea de frutas, biscoito maria	Leite pasteurizado integral c/ maçã e banana, Pão com margarina	Leite pasteurizado com banana, biscoito maisena	Leite pasteurizado com cacau, Pão com requeijão	Leite pasteurizado integral com banana e mamão, biscoito salgado
C6 - REFEIÇÃO Horário	Arroz e feijão carioca, torta cremosa de repolho (ovo, repolho, cebola, tomate, cheiro verde), couve refogada. Maçã	Arroz e feijão carioca, lasanha de abobrinha (fatias intercaladas abobrinha e carne moída ao molho de tomate). Banana	Arroz e feijão carioca, carne cubos refogada com cebola e cheiro verde, batata assada salpicada com cheiro verde. Melancia	Macarrão ao sugo, frango em cubos com cheiro verde, salada de alface com tomate.	Pão com molho de frango, suco de goiaba
C4 - LANCHE DA TARDE Horário	Leite pasteurizado integral com cacau, pão com requeijão	Suco de maracujá, Bolo de banana	Leite pasteurizado integral com banana, mamão e aveia	Leite pasteurizado integral com banana e maçã, biscoito salgado	Bebida láctea, biscoito maria
C7 - REFEIÇÃO Horário	Arroz e feijão carioca, peixe empanado assado (farinha de milho), cenoura e abobrinha sauté. Maçã	Macarrão ao sugo, frango dourado em cubos com cebola e cheiro verde, salada de alface com tomate. Abacaxi	Arroz e feijão carioca, carne em cubos com cebola e cheiro verde, purê de batata	Arroz colorido (milho e cheiro verde) e feijão carioca, carne moída com cebola e cheiro verde, couve refogada. Melancia	Risoto de carne moída com cenoura, tomate e cheiro verde. Suco de caju
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	1601	65%	17%	18%	

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA

PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

nov/22

	2ª FEIRA 28/nov	3ª FEIRA 29/nov	4ª FEIRA 30/nov	5ª FEIRA	6ª FEIRA
C3 - DESJEJUM Horário	Leite pasteurizado integral com banana, biscoito maisena	Leite pasteurizado integral com banana e mamão, Pão com margarina	Bebida láctea de frutas, biscoito salgado		
C6 - REFEIÇÃO Horário	Leite pasteurizado integral com banana, biscoito maisena	Leite pasteurizado integral com banana e mamão, Pão com margarina	Bebida láctea de frutas, biscoito salgado		
C4 - LANCHE DA TARDE Horário	Leite pasteurizado integral com banana e aveia	Bebida láctea de frutas, pão com requeijão	Leite pasteurizado integral com mamão e banana, biscoito maisena.		
C7 - REFEIÇÃO Horário	Arroz e feijão carioca, omelete de forno (ovo, cebola, cheiro verde), abobrinha refogada. Maçã	Arroz e feijão carioca,lasanha de berinjela (fatias intercaladas berinjela e carne moída ao molho de tomate), repolho refogado. Melancia	Arroz e feijão carioca, carne em cubos com cheiro verde, purê de batata, salada de alface com tomate. Banana		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		1705	66%	16%	18%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.