

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e Fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/fev	3ª FEIRA 01/mar	4ª FEIRA 02/mar	5ª FEIRA 03/mar	6ª FEIRA 04/mar
C4 - LANCHE DA TARDE					
Horário	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	Bebida láctea de frutas, biscoito salgado	Suco de acerola, bolo de fubá
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
			312	179g	36g
			59%	12%	29%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino infantil e fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 07/mar	3ª FEIRA 08/mar	4ª FEIRA 09/mar	5ª FEIRA 10/mar	6ª FEIRA 11/mar
C4 - LANCHE DA TARDE					
Horário	Bebida láctea de frutas, biscoito maisena	Suco de manga, pão com requeijão	Leite pasteurizado integral c/ mamão , bolo de chocolate	Leite pasteurizado integral c/ maçã, pão com margarina	Leite pasteurizado integral c/ banana e aveia
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	
	332	193	38g	85g	
		61%	12%	27%	

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino infantil e fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA :A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 14/mar	3ª FEIRA 15/mar	4ª FEIRA 16/mar	5ª FEIRA 17/mar	6ª FEIRA 18/mar
C4 - LANCHE DA TARDE					
Horário	Leite pasteurizado integral c/ maçã, pão com margarina	Bebida láctea de frutas, bolo de laranja	Suco de goiaba, pão com requeijão	Leite pasteurizado integral c/ banana e aveia	Leite pasteurizado integral c/ mamão , biscoito salgado
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
			345	177g	33g
			61%	28%	28%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 21/mar	3ª FEIRA 22/mar	4ª FEIRA 23/mar	5ª FEIRA 24/mar	6ª FEIRA 25/mar
C4 - LANCHE DA TARDE					
Horário	Bebida láctea de frutas, pão com requeijão	Suco de manga, pão com margarina	Leite pasteurizado integral c/ banana, biscoito maria	Leite pasteurizado integral c/ mamão, bolo de cenoura	Leite pasteurizado integral c/ maçã e aveia
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
			342	37g	8 g
			60,00%	14,00%	22%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/mar	3ª FEIRA 29/mar	4ª FEIRA 30/mar	5ª FEIRA 31/mar	6ª FEIRA 01/abr
C4 - LANCHE DA TARDE					
Horário	Bebida láctea de frutas, biscoito salgado	Suco de manga, pão com requeijão	Leite pasteurizado integral c/ mamão e aveia	Leite pasteurizado integral c/ banana, bolo de fubá	Leite pasteurizado integral c/ maçã, pão com margarina
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
			335	34g	7g
			61,00%	13,00%	23%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA : A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/fev	3ª FEIRA 01/mar	4ª FEIRA 02/mar	5ª FEIRA 03/mar	6ª FEIRA 04/mar
C5 - REFEIÇÃO					
Horário	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	Arroz e feijao carioca, peixe com tomate, cebola e salsa, salada de acelga c/ cenoura ralada, Batata cozida, Maçã	Pão c/ carne moída ao molho e cheiro verde, suco de manga
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
			377	220g	51g
			65%	15%	25%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA : A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 07/mar	3ª FEIRA 08/mar	4ª FEIRA 09/mar	5ª FEIRA 10/mar	6ª FEIRA 11/mar
C5 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, omelete de forno, abobrinha sauté. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, farofa (farinha de mandioca) de cenoura c/ cebola e cheiro verde, salada de couve c/ tomate Melancia	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho, abóbora e batata na salsa.	Macarrão a bolonhesa (carne moída e molho de tomate) com cebola e cheiro verde, salada de alface com tomate. Banana	Pão c/ frango desfiado c/ tomate e cheiro verde, suco de cajú
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
			374	217g	60g
			62%	14%	24%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:
Março/2022

	2ª FEIRA 14/mar	3ª FEIRA 15/mar	4ª FEIRA 16/mar	5ª FEIRA 17/mar	6ª FEIRA 18/mar
C5 - REFEIÇÃO	Arroz colorido (c/milho verde e cheiro verde), feijão carioca, almondegas assadas, cenoura refogada, salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída, acelga refogada. Melancia	Macarrão ao sugo, frango desfiado c/ cheiro verde e tomate, salada de alface e tomate.	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, purê de batata, salada de beterraba com cheiro verde, Banana	Pão c/ carne moída ao molho de tomate, suco de goiaba
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
			362	232g	65g
			60%	15%	24%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 21/mar	3ª FEIRA 22/mar	4ª FEIRA 23/mar	5ª FEIRA 24/mar	6ª FEIRA 25/mar
C5 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz e feijão carioca, carne moída ao molho c/ cebola e cheiro verde, cenoura cozida. Maçã	Arroz, feijão carioca, frango desfiado c/ ervilha e cebola, salada de alface c/ tomate. Abacaxi	Macarrão ao sugo, carne moída refogada c/ cheiro verde, repolho refogado, salada de pepino c/ tomate	Arroz, feijão carioca, carne em cubos c/ abóbora ralada, purê de batatas. Banana	Pão c/ salsicha ao sugo, suco de manga
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
			346	46g	14g
			62,00%	15,00%	29,00%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/mar	3ª FEIRA 29/mar	4ª FEIRA 30/mar	5ª FEIRA 31/mar	6ª FEIRA 01/abr
C5 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, escondidinho de peixe (cação) c/ batata, tomate e cebola. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída, abobrinha e cenoura refogados, acelga refogada. Melancia	Arroz, feijão carioca, carne em cubos refogada c/ cebola, mandioca cozida, salada de alface c/ tomate	Macarrão ao sugo, carne moída refogada com cebola e cheiro verde, salada de cenoura ralada ao vinagrete. Melão	Pão c/ frango desfiado c/ tomate e cheiro verde, suco de goiaba
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
			322	40,6g	13,4g
			51,20%	13,60%	24,20%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 6 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/fev	3ª FEIRA 01/mar	4ª FEIRA 02/mar	5ª FEIRA 03/mar	6ª FEIRA 04/mar
C6 - REFEIÇÃO					
Horário	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	Arroz e feijao carioca, peixe com tomate, cebola e salsa, salada de acelga c/ cenoura ralada, Batata cozida, Maçã	Pão c/ carne moída ao molho e cheiro verde, suco de manga
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
			374	268g	77g
			65%	15%	18%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 6 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 07/mar	3ª FEIRA 08/mar	4ª FEIRA 09/mar	5ª FEIRA 10/mar	6ª FEIRA 11/mar
C6 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, omelete de forno, abobrinha sauté. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, farofa (farinha de mandioca) de cenoura c/ cebola e cheiro verde, salada de couve c/ tomate Melancia	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho, abóbora e batata na salsa.	Macarrão a bolonhesa (carne moída e molho de tomate) com cebola e cheiro verde, salada de alface com tomate. Banana	Pão c/ frango desfiado c/ tomate e cheiro verde, suco de cajú
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
	398		271g	71g	40g
			63%	13%	20%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 6 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 14/mar	3ª FEIRA 15/mar	4ª FEIRA 16/mar	5ª FEIRA 17/mar	6ª FEIRA 18/mar
C6 - REFEIÇÃO	Arroz colorido (c/milho verde e cheiro verde), feijão carioca, almondegas assadas, cenoura refogada, salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída, acelga refogada. Melancia	Macarrão ao sugo, frango desfiado c/ cheiro verde e tomate, salada de alface e tomate.	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, purê de batata, salada de beterraba com cheiro verde, Banana	Pão c/ carne moída ao molho de tomate, suco de goiaba
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
			299g	81g	33g
	412		72%	19%	8%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 6 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 21/mar	3ª FEIRA 22/mar	4ª FEIRA 23/mar	5ª FEIRA 24/mar	6ª FEIRA 25/mar
C6 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz e feijão carioca, carne moída ao molho c/ cebola e cheiro verde, cenoura cozida. Maçã	Arroz, feijão carioca, frango desfiado c/ ervilha e cebola, salada de alface c/ tomate. Abacaxi	Macarrão ao sugo, carne moída refogada c/ cheiro verde, repolho refogado, salada de pepino c/ tomate	Arroz, feijão carioca, carne em cubos c/ abóbora ralada, purê de batatas. Banana	Pão c/ salsicha ao sugo, suco de manga
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
			382	59,2g	16,2g
			57%	13,50%	21,50%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 6 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/mar	3ª FEIRA 29/mar	4ª FEIRA 30/mar	5ª FEIRA 31/mar	6ª FEIRA 01/abr
C6 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, escondidinho de peixe (cação) c/ batata, tomate e cebola. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída, abobrinha e cenoura refogados, acelga refogada. Melancia	Arroz, feijão carioca, carne em cubos refogada c/ cebola, mandioca cozida, salada de alface c/ tomate	Macarrão ao sugo, carne moída refogada com cebola e cheiro verde, salada de cenoura ralada ao vinagrete. Melão	Pão c/ frango desfiado c/ tomate e cheiro verde, suco de goiaba
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
			382	59,2g	16,2g
			57%	13,50%	21,50%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Integral*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/fev	3ª FEIRA 01/mar	4ª FEIRA 02/mar	5ª FEIRA 03/mar	6ª FEIRA 04/mar
C7 - REFEIÇÃO					
Horário	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	Macarrão c/ salsicha ao sugo, salada de repolho c/ tomate, suco de cajú	Risoto de carne desfiada c/ abóbora ralada e cheiro verde. Batata assada, Maçã
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
			432	285g	87g
			63%	15%	21%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Integral*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 07/mar	3ª FEIRA 08/mar	4ª FEIRA 09/mar	5ª FEIRA 10/mar	6ª FEIRA 11/mar
C7 - REFEIÇÃO	Arroz colorido (cenoura ralada e cheiro verde), feijão carioca, Peixe assado c/tomate e cheiro verde. Abacaxi	Macarrão ao sugo, carne moída acebolada, salada de cenoura ralada. Banana	Arroz, feijão, carne em cubos refogada com cebola e cheiro verde, beterraba cozida. salada de alface e tomate	Arroz, feijão carioca, escondidinho de frango (purê de batatas e milho), acelga refogada, . Mamão	Risoto de carne moída c/ cenoura ralada e molho de tomate, suco de goiaba
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
			454	272g	81g
			61%	13%	20%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Integral*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 14/mar	3ª FEIRA 15/mar	4ª FEIRA 16/mar	5ª FEIRA 17/mar	6ª FEIRA 18/mar
C7 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, Omelete de forno, cenoura e abobrinha sauté. Melancia	Arroz, feijão carioca, carne moída, virado de escarola e tomate (farinha de mandioca), Mamão	Arroz, feijão carioca, carne em cubos ao molho de abóbora, tomate, cebola e batata na salsa	Risoto de carne moída c/ tomate e cheiro verde, salada de beterraba, suco de abacaxi	Macarrão ao sugo, frango em cubos com cebola e cheiro verde, 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
		423	234g 63%	76g 14%	48 19%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Integral*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 21/mar	3ª FEIRA 22/mar	4ª FEIRA 23/mar	5ª FEIRA 24/mar	6ª FEIRA 25/mar
C7 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, almondegas ao sugo, quiubebe com cheiro verde . Abacaxi	Macarrão ao sugo, carne moída refogada com tomate, acelga refogada	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, salada de beterraba com cheiro verde. Mamão	Arroz, feijão carioca, carne moída com milho, salada de alface e tomate. Maçã	Risoto de frango desfiado c/ abóbora ralada e cheiro verde, batata assada dourada, suco de cajú
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
		447	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			256g	78g	50g
		65%	15%	21%	

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Integral*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana*
FAIXA ETÁRIA
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/mar	3ª FEIRA 29/mar	4ª FEIRA 30/mar	5ª FEIRA 31/mar	6ª FEIRA 01/abr
C7 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, Ovos mexidos com cebola e cheiro verde, abobrinha sauté. Melancia	Macarrão ao sugo, carne em cubos refogada com cebola e cheiro verde, salada de beterraba ralada ao vinagrete.	Arroz, feijão carioca, escondidinho de frango (purê de batata doce e cenoura), couve refogada. Mamão	Arroz, feijão, carne moída acebolada, salada de alface e tomate. Banana	Risoto de carne moída c/ cenoura ralada e molho de tomate, suco de manga
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
		451	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			242g	72g	46g
		62%	14%	20%	

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana e rural*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/fev	3ª FEIRA 01/mar	4ª FEIRA 02/mar	5ª FEIRA 03/mar	6ª FEIRA 04/mar
C8 - REFEIÇÃO					
Horário	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	Arroz e feijão carioca, peixe com tomate, cebola e salsa, salada de acelga c/ cenoura ralada, Batata cozida, Maçã	Risoto de carne moída ao molho e cheiro verde, suco de manga
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
			455	302g	85g
			65%	12%	17%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana e rural*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:
Março/2022

	2ª FEIRA 07/mar	3ª FEIRA 08/mar	4ª FEIRA 09/mar	5ª FEIRA 10/mar	6ª FEIRA 11/mar
C8 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, omelete de forno, abobrinha sauté. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, farofa (farinha de mandioca) de cenoura c/ cebola e cheiro verde, salada de couve c/ tomate Melancia	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho, abóbora e batata na salsa.	Macarrão a bolonhesa (carne moída e molho de tomate) com cebola e cheiro verde, salada de alface com tomate. Banana	Risoto de frango desfiado c/ cenoura, tomate e cheiro verde, suco de cajú
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
	468		392g 62%	84g 14%	52g 18%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana e rural*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:
Março/2022

	2ª FEIRA 14/mar	3ª FEIRA 15/mar	4ª FEIRA 16/mar	5ª FEIRA 17/mar	6ª FEIRA 18/mar
C8 - REFEIÇÃO	Arroz colorido (c/milho verde e cheiro verde), feijão carioca, almondegas assadas, cenoura refogada, salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída, acelga refogada. Melancia	Macarrão ao sugo, frango desfiado c/ cheiro verde e tomate, salada de alface e tomate.	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, purê de batata, salada de beterraba com cheiro verde, Banana	Risoto de carne moída c/ abóbora ralada, suco de goiaba
Horário					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	512	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			412g	111g	51g
			55%	14%	16%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana e rural*
FAIXA ETÁRIA : A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 21/mar	3ª FEIRA 22/mar	4ª FEIRA 23/mar	5ª FEIRA 24/mar	6ª FEIRA 25/mar
C8 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz e feijão carioca, carne moída ao molho c/ cebola e cheiro verde, cenoura cozida. Maçã	Arroz, feijão carioca, frango desfiado c/ ervilha e cebola, salada de alface c/ tomate. Abacaxi	Macarrão ao sugo, carne moída refogada c/ cheiro verde, repolho refogado, salada de pepino c/ tomate	Arroz, feijão carioca, carne em cubos c/ abóbora ralada, purê de batatas. Banana	Risoto de salsicha ao molho e cheiro verde, suco de manga
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
			495	402g	121g
			57,00%	13,00%	19,00%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana e rural*
FAIXA ETÁRIA: A partir de 4 anos.
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

Março/2022

	2ª FEIRA 28/mar	3ª FEIRA 29/mar	4ª FEIRA 30/mar	5ª FEIRA 31/mar	6ª FEIRA 01/abr
C8 - REFEIÇÃO					
Horário	Arroz, feijão carioca, escondidinho de peixe (cação) c/ batata, tomate e cebola. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída, abobrinha e cenoura refogados, acelga refogada. Melancia	Arroz, feijão carioca, carne em cubos refogada c/ cebola, mandioca cozida, salada de alface c/ tomate	Macarrão ao sugo, carne moída refogada com cebola e cheiro verde, salada de cenoura ralada ao vinagrete. Melão	Risoto de frango desfiado c/ tomate e cheiro verde, suco de maracujá
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
			467	406g	125g
			58,00%	14,50%	22,00%

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.