

	03/10 (Segunda-feira)	04/10 (Terça-feira)	05/10 (Quarta-feira)	06/10 (Quinta-feira)	07/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão ao molho de cenoura e beterraba / Carne em cubos com abóbora / Salada de repolho Melancia	Arroz, Feijão Frango com cenoura Farofa de couve Banana	Arroz, feijão Atum ao molho com batata Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Polenta com molho de frango desfiado / Repolho refogado Melão
LANCHE (13:00h)	Vitamina de abacate Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã
JANTAR (15:00h)	Arroz, frango com cenoura e milho Salada de repolho Melancia	Arroz, Feijão, Carne moída com molho, batata e cenoura Salada de acelga Melão	Caldo verde (batata, couve e pernil) Maçã	Macarrão ao sugo com carne moída e abóbora Salada de beterraba Laranja	Sopa com carne em cubos e legumes (abóbora, mandioca e abobrinha) Banana

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	343	57	13	7	116	26	176	2
	Tarde	284	43	11	8	142	16	126	1
	Integral	607	98	24	13	242	41	292	4

	10/10 (Segunda-feira)	11/10 (Terça-feira)	12/10 (Quarta-feira)	13/10 (Quinta-feira)	14/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva (Agricultura Familiar) Mini pizza de queijo	FERIADO	SEMANA DA EDUCAÇÃO	
ALMOÇO (10:00h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo Salada de acelga com tomate Chup chup de fruta	Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango, Batata assada Bolo de chocolate com cobertura de brigadeiro de banana			
LANCHE (13:00h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva (Agricultura Familiar) Mini pizza de queijo UME Maria Rosa - Mini média com carne moída			
JANTAR (15:00h)	Sopa (macarrão de sopa, carne em cubos, batata, cenoura e chuchu) Chup chup de fruta	Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango, Batata assada UME Maria Rosa - Macarrão com frango e salada de acelga Bolo de chocolate com cobertura de brigadeiro de banana			

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	264	39	9	8	69	21	126	1
	Tarde	249	39	8	7	93	15	123	1
	Integral	502	77	17	14	154	36	244	2

	17/10 (Segunda-feira)	18/10 (Terça-feira)	19/10 (Quarta-feira)	20/10 (Quinta-feira)	21/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de legumes	Leite com cacau Banana	Vitamina de banana Maçã
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Repolho refogado / Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo com abobrinha Salada de Alface / Banana	Arroz, Feijão Pernil com batata Salada de escarola com tomate Laranja
LANCHE (13:00h)	Vitamina de Banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia / Pão cas. com req. de inhame e frango	Vitamina de abacate Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
JANTAR (15:00h)	Arroz com cenoura Carne em cubos ao molho com batata / Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com molho e chuchu / Salada de repolho / Laranja	Sopa de frango, macarrão de sopa e legumes (cenoura e chuchu) / Maçã	Arroz, Feijão Atum ao molho Purê de batata / Melancia	Sopa de feijão com carne, macarrão de sopa e legumes (abobrinha, abóbora) / Banana

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	402	63	15	10	148	23	149	2
	Tarde	386	59	16	9	157	88	143	2
	Integral	763	121	31	17	287	110	281	4

	24/10 (Segunda-feira)	25/10 (Terça-feira)	26/10 (Quarta-feira)	27/10 (Quinta-feira)	28/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Banana	Suco de Laranja Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com cacau Maçã
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Beterraba cozida Maçã	Arroz, Feijão Carne em moída c/ Batata Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Farofa de Couve Banana	Macarrão ao alho e óleo Frango ao sugo com cenoura Salada de alface Melancia
LANCHE (13:00h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Mamão	Suco de Manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
JANTAR (15:00h)	Sopa de carne, macarrão de sopa e legumes (abóbora e abobrinha) Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Melancia	Sopa de feijão com carne em cubos e legumes (abóbora, chuchu, batata doce) Banana	Arroz, Frango com cenoura e milho Salada de escarola Maçã	Arroz, Feijão Polenta com molho de carne moída Laranja

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	402	64	16	9	234	29	150	3
	Tarde	398	61	15	10	388	38	140	2
	Integral	792	128	31	17	603	66	279	5

Observação: Crianças menores de 02 anos NÃO devem consumir nenhuma preparação com açúcar.

Suzana Ruth Vieira da Silva
CRN-3 21934
Nutricionista - SAE

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista Bonizzoni