

		05/08 (Segunda-feira)	06/08 (Terça-feira)	07/08 (Quarta-feira)	08/08 (Quinta-feira)	09/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Biscoito de polvilho	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e maçã Banana	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma com manteiga			Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de alface e tomate Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado Refogado de abobrinha e cenoura Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de repolho roxo Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Melancia	Macarrão ao Sugo Carne moída Salada soja e tomate Creme (inhame com manga)
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã	Suco de abacaxi Cuscuz de frango
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão		Leite com cacau Pão de forma com manteiga		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e beterraba Melancia	Arroz, Feijão Peixe com batata Manga	Sopa de legumes com carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Melão	Arroz Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Banana	Arroz, Feijão Frango com chuchu Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	PERA	BANANA	CARAMBOLA	MEXERICA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)				
	1 a 3 anos	Manhã		338,00	48	14	10	260,00	58,00	45,00	3,80			
		Tarde		326,00	46	13	10	167,00	46,00	69	4,50			
		Integral		666,00	94	27	20	427,00	104,00	114,00	8,30			
	4 e 5 anos	Manhã		404,00	58	16	12	UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina, Tocantins e VI. São José: Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.						
		Tarde		412,00	59	17	12							
		Integral		816,00	117	33	24							
						12/08 (Segunda-feira)	13/08 (Terça-feira)					14/08 (Quarta-feira)	15/08 (Quinta-feira)	16/08 (Sexta-feira)

DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Bolo de banana	Vitamina de banana e mamão Maçã	<b>FERIADO</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão				
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de batata e cenoura Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Polenta Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Laranja		
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de melancia Biscoito de polvilho	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga		
	Inf. 4 e 5			Leite com cacau Pão hot dog com manteiga		
JANTAR (15:00h)	Todos	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de beterraba Maçã	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de repolho Melancia	Sopa de feijão com legumes e frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã		
LANCHE DA SAÍDA	Todos	PERA	MAÇÃ	BANANA		

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		222,00	30	9	7	180,00	42,00	35,00	2,50
		Tarde		205,00	29	9	6	117,00	36,00	39	3,20
		Integral		427,00	59	18	13	297,00	78,00	74,00	5,70
	4 e 5 anos	Manhã		245,00	31	10	9				
		Tarde		241,00	30	10	9				
		Integral		486,00	61	20	18				

\* Bolo de banana CRECHE: adoçado com uva passa e tâmara (p/ alunos menores de 2 anos).

		<b>19/08 (Segunda-feira)</b>	<b>20/08 (Terça-feira)</b>	<b>21/08 (Quarta-feira)</b>	<b>22/08 (Quinta-feira)</b>	<b>23/08 (Sexta-feira)</b>
--	--	------------------------------	----------------------------	-----------------------------	-----------------------------	----------------------------

DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Vitamina de banana e abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Cuscuz de frango
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão			Leite com cacau Pão de forma com manteiga	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de escarola c/cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos Salada de alface e beterraba ralada Manga	Arroz, Feijão Atum ao molho Purê de batata Maçã	Macarrão ao Sugo Carne moída com cenoura Salada de feijão branco Melão	Arroz, Feijão Frango desfiado Salada de acelga Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão de queijo	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma com manteiga			Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e tomate Melancia	Arroz à grega (cenoura, ervilha e milho) Frango desfiado ao molho Polenta Melão	Sopa de feijão com legumes e carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Banana	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne desfiada ao molho Salada de alface Creme (inhame com manga)
LANCHE DA SAÍDA	Todos	Doce de banana (sem açúcar)	KIWI	CARAMBOLA	BANANA	MEXERICA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		328,00	42	15	11	290,00	78,00	55,00	4,80
		Tarde		314,00	40	14	11	195,00	56,00	79	4,10
		Integral		642,00	82	29	22	485,00	134,00	134,00	8,90
	4 e 5 anos	Manhã		340,00	43	15	12				
		Tarde		373,00	48	16	13				
		Integral		713,00	117	33	24				

	26/08 (Segunda-feira)	27/08 (Terça-feira)	28/08 (Quarta-feira)	29/08 (Quinta-feira)	30/08 (Sexta-feira)
--	-----------------------	---------------------	----------------------	----------------------	---------------------

DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão de queijo	Vitamina de banana com mamão Banana	Suco de manga Torta de c. moída com legumes	Suco de uva individual Mini pizza de queijo com tomate
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga				
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Quibe de forno Salada de repolho roxo Melão	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de Couve Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de feijão fradinho <b>* Bolo de cacau</b>
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de frango com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva individual Mini pizza de queijo com tomate
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão		Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	
JANTAR (15:00h)	Todos	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de tomate Melancia	Arroz, Feijão Atum com Batata Maçã	Sopa de legumes com frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de grão de bico e tomate / Banana	Arroz, Feijão Carne em cubos c/ mandioca <b>* Bolo de cacau</b>
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	PERA	BANANA	KIWI	<b>Creche:</b> Doce de banana (sem açúcar) / <b>Pré:</b> Doce

\* **Bolo de cacau CRECHE:** adoçado com uva passa e tâmara (p/ alunos menores de 2 anos) e cobertura de banana com leite em pó e cacau.

\* **Bolo de cacau PRÉ:** com cobertura de brigadeiro de leite condensado e cacau.

\* **UME Maria Rosa - Dia 30/08:** Desjejum = Pão caseiro com manteiga e Suco de manga / Sobremesa do almoço = Fruta.

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		350,00	44	17	12	300,00	98,00	65,00	4,30
		Tarde		335,00	43	16	11	185,00	76,00	89	3,85
		Integral		685,00	87	33	23	485,00	174,00	154,00	8,15
	4 e 5 anos	Manhã		360,00	45	18	12				
		Tarde		376,00	48	19	12				
		Integral		736,00	117	33	24				

**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 BRAS FOOD