

		30/09/2024 (Segunda-feira)	01/10/2024 (Terça-feira)	02/10/2024 (Quarta-feira)	03/10/2024 (Quinta-feira)	04/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM / LANCHE	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	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	Suco de manga Pão hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com requeijão			Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO / JANTAR	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de alface e tomate Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado Refogado de abobrinha e cenoura / Melão	Sopa de legumes e frango (mandioca, cenoura e abobrinha) Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Melancia	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho Salada soja e tomate Creme de inhame e manga
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	CARAMBOLA	BANANA	PERA

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 / Tarde	540,27	88	19	14	180,00	40,00	167,00	2,80
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	655,67	106	22	16				

		07/10/2024 (Segunda-feira)	08/10/2024 (Terça-feira)	09/10/2024 (Quarta-feira)	10/10/2024 (Quinta-feira)	11/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM / LANCHE	Inf. 1 ao 3	Suco integral de uva Mini pizza de queijo com tomate e orégano	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate e banana Maçã	Suco de manga Biscoito de polvilho	Suco de melancia Pão de queijo
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão			
ALMOÇO / JANTAR	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de batata e cenoura Laranja	Macarrão ao Sugo Carne em cubos com cenoura Salada de feijão branco Bolo de cacau	Sopa de feijão com carne (batata, abóbora e chuchu) Melão	Arroz Lasanha de carne moída com queijo Salada de alface com tomate Melancia	Arroz, Feijão Stroganoff de frango Cenoura e mandioquinha sautte Creche: Sorvete caseiro (fruta e leite) / Pré: Picolé de fruta
LANCHE DA SAÍDA	Todos	PERA	MAÇÃ	BANANA	KIWI	Creche: Doce de banana (sem açúcar) / Pré: Pipoca doce

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 / Tarde	596,00	94	24	18	192,00	48,00	186,00	3,30
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	718,00	114	26	19				

* **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.

		14/10/2024 (Segunda-feira)	15/10/2024 (Terça-feira)	16/10/2024 (Quarta-feira)	17/10/2024 (Quinta-feira)	18/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM / LANCHE	Inf. 1 ao 3	SEMANA DA EDUCAÇÃO			Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5				Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO / JANTAR	Todos				Macarrão ao Sugo Carne moída com cenoura Salada de feijão fradinho Melão	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de acelga com tomate Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos				BANANA	PERA

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 / Tarde	604,00	92	21	16	186,00	42,00	169,00	3,00
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	677,00	108	24	17				

		21/10/2024 (Segunda-feira)	22/10/2024 (Terça-feira)	23/10/2024 (Quarta-feira)	24/10/2024(Quinta-feira)	25/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz de frango	Vitamina de banana com mamão Banana	Suco de manga Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga				Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Quibe de forno Salada de repolho roxo Melão	Sopa de legumes com carne (mandioca, cenoura e chuchu) Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída Salada de soja, couve flor e cenoura / Melancia
LANCHE DA SAIDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	KIWI	PERA

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 / Tarde	625,00	96	21	16	186,00	42,00	169,00	3,00
	4 e 5 anos	Manhã / Tarde	686,00	112	24	17				

		28/10/2024 (Segunda-feira)	29/10/2024 (Terça-feira)	30/10/2024 (Quarta-feira)	31/10/2024 (Quinta-feira)	01/11/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	PONTO FACULTATIVO	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com mamão Banana	Suco de uva individual Mini pizza de queijo com tomate	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga			Leite com cacau Pão de forma com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos		Arroz, Feijão Peixe com Batata Maçã	Sopa de legumes e frango (mandioca, cenoura e abobrinha) Banana	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Bolo de cacau	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de pepino e tomate Laranja
LANCHE DA SAIDA	Todos		Creche: Doce de banana (sem açúcar) / Pré: Paçoca	BANANA	PERA	CARAMBOLA

* 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.

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