

|                         | 02/12/2024 (Segunda-feira)                                 | 03/12/2024 (Terça-feira)                                 | 04/12/2024 (Quarta-feira)                               | 05/12/2024 (Quinta-feira)   | 06/12/2024 (Sexta-feira)                                |
|-------------------------|--|--|---|---|---|
| DESJEJUM<br>(7h/ 7:45h) | Fórmula infantil 2<br>Manga                                | Fórmula infantil 2<br>Pera                               | Fórmula infantil 2<br>Banana                            | Fórmula infantil 2<br>Abacaxi                                       | Fórmula infantil 2<br>Banana com mamão                  |
| ALMOÇO<br>(10:00h)      | Batata doce, abóbora, tomate,<br>feijão, ovo<br>Laranja    | Mandioca, cenoura, abobrinha,<br>feijão, frango<br>Melão | Batata, cenoura, repolho roxo,<br>feijão, carne<br>Maçã | Mandioquinha, abobrinha, couve,<br>feijão preto, pernil<br>Melancia | Batata doce, abobrinha, tomate,<br>soja, carne<br>Manga |
| LANCHE<br>(13:00h)      | Fórmula infantil 2<br>Banana cozida                        | Fórmula infantil 2<br>Melancia                           | Fórmula infantil 2<br>Manga                             | Fórmula infantil 2<br>Banana com abacate                            | Fórmula infantil 2<br>Pera                              |
| JANTAR<br>(15:00h)      | Mandioca, repolho, beterraba,<br>feijão, carne<br>Melancia | Batata, cenoura, chuchu,<br>feijão, atum<br>Manga        | Mandioca, cenoura, abobrinha,<br>frango<br>Banana       | Batata doce, abóbora, acelga,<br>feijão, carne<br>Laranja           | Batata, cenoura, chuchu,<br>feijão, frango<br>Maçã      |
| LANCHE DA<br>SAÍDA      | MAÇÃ   | Doce de banana (sem açúcar)                              | AMEIXA  | BANANA  | NECTARINA   |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Período  | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|---|----------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
|   | Manhã    | 240            | 29,00   | 13,00   | 8,00    | 203,00       | 70,50       | 178,20  | 3,06    |
|   | Tarde    | 289            | 35,00   | 15,00   | 10,00   | 139,50       | 74,30       | 169,30  | 4,30    |
|   | Integral | 529            | 64,00   | 28,00   | 18,00   | 342,50       | 144,80      | 347,50  | 7,36    |

|                         | 09/12/2024 (Segunda-feira)                             | 10/12/2024 (Terça-feira)                                   | 11/12/2024 (Quarta-feira)                               | 12/12/2024 (Quinta-feira)                             | 13/12/2024 (Sexta-feira)                                |
|-------------------------|--|--|---|---|---|
| DESJEJUM<br>(7h/ 7:45h) | Fórmula infantil 2<br>Maçã                             | Fórmula infantil 2<br>Banana cozida                        | Fórmula infantil 2<br>Maçã                              | Fórmula infantil 2<br>Banana com abacate              | Fórmula infantil 2<br>Pera                              |
| ALMOÇO<br>(10:00h)      | Batata, cenoura, chuchu,<br>feijão, ovo<br>Laranja     | Mandioca, cenoura, chuchu,<br>feijão branco, carne<br>Maçã | Polenta, abóbora, abobrinha,<br>feijão, frango<br>Melão | Batata, cenoura, vagem, feijão,<br>frango<br>Melancia | Batata, mandioquinha, chuchu,<br>feijão, carne<br>Manga |
| LANCHE<br>(13:00h)      | Fórmula infantil 2<br>Manga                            | Fórmula infantil 2<br>Pera                                 | Fórmula infantil 2<br>Melancia                          | Fórmula infantil 2<br>Banana                          | Fórmula infantil 2<br>Banana com mamão                  |
| JANTAR<br>(15:00h)      | Mandioca, cenoura, abobrinha,<br>feijão, carne<br>Maçã | Batata, cenoura, feijão, frango<br>Melancia                | Batata, abóbora, chuchu, feijão,<br>carne<br>Maçã       | Batata, cenoura, vagem, feijão,<br>frango<br>Manga    | Batata doce, cenoura, tomate,<br>carne<br>Melão         |
| LANCHE DA<br>SAÍDA      | MAÇÃ   | Doce de banana (sem açúcar)                                | PÊSSEGO   | LICHIA  | BANANA  |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Período  | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|---|----------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
|   | Manhã    | 302,8          | 37,00   | 16,00   | 10,00   | 200,00       | 60,91       | 212,16  | 4,82    |
|   | Tarde    | 284,2          | 36,00   | 15,00   | 9,00    | 156,20       | 81,21       | 210,84  | 5,16    |
|   | Integral | 587            | 73,00   | 31,00   | 19,00   | 356,20       | 142,12      | 423,00  | 9,98    |

|                         | 16/12/2024 (Segunda-feira)                                 | 17/12/2024 (Terça-feira)                                  | 18/12/2024 (Quarta-feira)                               | 19/12/2024 (Quinta-feira)                                 | 20/12/2024 (Sexta-feira)                                    |
|-------------------------|--|---|---|---|---|
| DESJEJUM<br>(7h/ 7:45h) | Fórmula infantil 2<br>Manga                                | Fórmula infantil 2<br>Banana cozida                       | Fórmula infantil 2<br>Banana com mamão                  | Fórmula infantil 2<br>Pera                                | Fórmula infantil 2<br>Banana                                |
| ALMOÇO<br>(10:00h)      | Batata, cenoura, acelga,<br>feijão, ovo<br>Laranja         | Batata doce, abóbora, repolho,<br>feijão, carne<br>Melão  | Mandioca, cenoura, abobrinha,<br>feijão, frango<br>Maçã | Batata, chuchu, couve,<br>feijão preto, pernil<br>Laranja | Batata doce, cenoura, abobrinha,<br>soja, carne<br>Melancia |
| LANCHE<br>(13:00h)      | Fórmula infantil 2<br>Maçã                                 | Fórmula infantil 2<br>Pera                                | Fórmula infantil 2<br>Banana                            | Fórmula infantil 2<br>Maçã                                | Fórmula infantil 2<br>Banana com abacate                    |
| JANTAR<br>(15:00h)      | Mandioca, cenoura, abobrinha,<br>feijão, carne<br>Melancia | Batata, mandioquinha, abobrinha,<br>feijão, peixe<br>Maçã | Mandioca, cenoura, chuchu<br>carne<br>Manga             | Batata doce, cenoura, tomate,<br>feijão, frango<br>Banana | Mandioca, abóbora, chuchu,<br>feijão, carne<br>Melão        |
| LANCHE DA<br>SAÍDA      | MAÇÃ   | Doce de banana (sem açúcar)                               | BANANA  | MAÇÃ  | PERA  |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Período  | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
|---|----------|----------------|---------|---------|---------|--------------|-------------|---------|---------|
|   | Manhã    | 294,00         | 25,00   | 10,00   | 6,00    | 115,00       | 46,54       | 127,20  | 2,89    |
|   | Tarde    | 274,00         | 22,00   | 8,00    | 6,00    | 92,60        | 48,20       | 116,00  | 3,10    |
|   | Integral | 466,00         | 47,00   | 18,00   | 12,00   | 207,60       | 94,74       | 243,20  | 5,99    |

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

Shirley Lopes Fernandes da Silva  
CRN-3 16607  
Nutricionista BRÁS FOOD