



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	48	14	10	260	58	100	4
		Tarde	338	48	14	10	260	58	100	4
		Integral	666	94	27	20	427	104	114	8
	6 a 10 anos	Integral					Creche - Período de Adaptação: 05 a 13/02			
							Fundamental: Aula normal			

		09/02 (Segunda-feira)	10/02 (Terça-feira)	11/02 (Quarta-feira)	12/02 (Quinta-feira)	13/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 2 e 3	Vitamina de banana Maçã	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate com banana/ Banana	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com mamão Maçã
	Fund	Leite com cacau Pão de forma com magarina	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Café com leite Pão de hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de foma com manteiga	Suco de uva Pão de forma integral com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Inf. 2 e 3	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata e cenoura Laranja	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho / Salada de repolho com beterraba ralada / Melancia	Risoto de frango (milho, salsa e cenoura) Salada de pepino Maçã	Macarrão ao sugo Isca de carne acebolada Salada de alface com tomate Banana	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga Melão
	Fund		Arroz, Feijão Carne em cubos / Farofa com cenoura e ovo/ Melão	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de grão de bico a vinagrete/ Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com abobrinha Salada de beterraba cozida Maçã	
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Vitamina de banana	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate com banana Banana	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com mamão Maçã
	Fund	Maçã	Suco de manga Biscoito Cream Cracker		Leite com cacau Biscoito maisena	Mingau de cacau
JANTAR (15:00h)	Inf. 2 e 3	Arroz, Feijão Ovos mexidos/ Salada de batata e cenoura/ Laranja	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho / Salada de repolho com beterraba ralada / Melancia	Risoto de frango (milho, salsa e cenoura) Salada de pepino Maçã	Macarrão ao sugo Isca de carne acebolada Salada de alface com tomate Banana	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de alface/ Melão
	Fund	Arroz branco Isca de frango ao molho c/ abóbora/ Salada de acelga com tomate / Melão				Arroz Branco Peixe com batata Salada cenoura ralada Laranja
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	AMEIXA	PERA	GOIABA

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
	6 a 10 anos	Integral	842	92	31	24	Creche - Período de Adaptação: 05 a 13/02			
							Fundamental: Aula normal			

		16/02 (Segunda-feira)	17/02 (Terça-feira)	18/02 (Quarta-feira)	19/02 (Quinta-feira)	20/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3				Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate com banana/ Banana
	Fund				Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Café com leite Pão de forma com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Inf. 2 e 3				Risoto de frango com cenoura, ervilha e salsa Salada de beterraba cozida Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura e chuchu Salada de repolho Melancia
	Fund				Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de chuchu com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de acelga com cenoura Maçã
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3				Vitamina de abacate com banana/ Banana	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga
	Fund					Leite com cacau Biscoito Maisena
JANTAR (15:00h)	Inf. 2 e 3				Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura e chuchu Salada de repolho Melancia	Risoto de frango com cenoura, ervilha e salsa Salada de beterraba cozida Laranja
	Fund					
LANCHE DA SAÍDA	Todos				DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	MAÇÃ

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	520	76	20	16	998	79	179	3
		Tarde	548	87	19	15	782	70	142	3
		Integral	906	144	32	24	1767	136	303	6
	6 a 10 anos	Integral	1215	201	52	23	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

		24/02 (Segunda-feira)	25/02 (Terça-feira)	26/02 (Quarta-feira)	27/02 (Quinta-feira)	28/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Vitamina de banana e maçã Banana	Leite com batata doce Pão caseiro com manteiga	Suco integral de uva Pão caseiro recheado com
	Fund	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Suco de abacaxi Pão hot dog com requeijão	Café com leite Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Inf. 2 e 3	Arroz, Feijão Ovos mexidos / Salada de repolho com tomate Laranja	Arroz, Feijão Preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Melão	Arroz, Feijão Peixe com batata / Salada de acelga com tomate Maçã	Arroz, Lasanha de carne moída ao sugo e molho branco / Salada de alface com tomate *Mesa de frutas	Macarrão alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de alface *Bolo de cacau
	Fund				*Arroz à grega, Feijão Escondidinho de carne moída / Salada de brócolis com couve flor/ Salada de frutas/ *Mesa de frutas	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Salada de alface Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Suco de laranja Cuscuz de frango	Leite com cacau e tâmara Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e mamão Banana	Suco individual de uva Pão caseiro recheado com frango
	Fund	Suco de abacaxi Cuscuz de frango	Leite com cacau Biscoito Maisena	Vitamina de banana Maçã	Iogurte de morango Banana	Suco integral de uva * Bolo de cacau
JANTAR (15:00h)	Inf. 2 e 3	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho Salada de acelga com cenoura Melão	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de repolho (verde e roxo) / Melancia	Macarrão ao sugo Carne desfiada com cenoura Salada de beterraba ralada Banana	Arroz, Lasanha de carne moída ao sugo e molho branco Salada de alface com tomate * Mesa de frutas	Arroz Creche: Feijão Carne em cubos com mandioca * Bolo de cacau Fund: Maçã
	Fund				Macarrão com frango desfiado a e Salada de alface / Laranja	
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	CARAMBOLA	PERA	GOIABA

* **Mesa de frutas:** abacaxi, uvas, melancia, manga, melão, mamão e maçã (FESTA TROPICAL) - Fund: Decorativa / Creche: Porcionada para a sobremesa.

* **Bolo de cacau CRECHE:** (adoçado com tâmara, uva passa e banana) com cobertura de brigadeiro de banana (banana, leite em pó e cacau) e castanha de caju triturada.

* **Bolo de cacau FUND.:** Bolo caseiro ou Bolinho simples com cobertura de leite condensado e cacau e castanha de caju triturada.

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	520	76	20	16	998	79	179	3
		Tarde	548	87	19	15	782	70	142	3
		Integral	906	144	32	24	1767	136	303	6
	6 a 10 anos	Integral	1192	192	49	27	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR			

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos S. Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE