CARDÁPIO UME ALAGOAS - MARÇO/2022

	14/03 (Segunda-Feira)	15/03 (Terça-feira)	16/03 (Quarta-feira)	17/03 (Quinta-feira)	18/03 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Vitamina de banana Pão de forma integral com requeijão	Mingau de cacau	Leite com cacau Maçã	Suco de manga Bolo	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de repolho com tomate Laranja	Arroz com cenoura, feijão Moqueca de atum (cebola, tomate, pimentão, coentro) Salada de batata Banana	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu e batata doce Salada de couve Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface com tomate Melancia	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de repolho Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	2.252,74	345,98	19,88	87,70

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

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista Bonizzoni