

	04/07/2022 (Segunda-feira)	05/07/2022 (Terça-feira)	06/07/2022 (Quarta-feira)	07/07/2022 (Quinta-feira)	08/07/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Vitamina de banana Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Vitamina de Banana Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Biscoito Cream craker
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, Feijão Atum ao sugo Salada de acelga com cenoura Melão	Arroz, Feijão Preto Pernil com chuchu Farofa rica Maçã	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Batata sauté Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata Salada de beterraba ralada Maçã	Arroz, Feijão Frango ensopado Salada de pepino Laranja
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Maçã	Vitamina de mamão Biscoito Maisena	Mingau de maisena	Leite com cacau Banana	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Frango ao sugo Salada de beterraba cozida Laranja	Sopa de legumes com carne (abóbora, abobrinha, macarrão) Melancia	Risoto de frango com abobrinha e cenoura Salada de repolho Melão	Sopa de feijão com pernil (cenoura batata chuchu) Laranja	Macarrão ao alho de óleo Carne moída ao molho com milho Salada de cenoura ralada Maçã

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1069,85	167	43	39
Fundamental	6 a 10 anos	1324,11	187	48	43

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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



	25/07/2022 (Segunda-feira)	26/07/2022 (Terça-feira)	27/07/2022 (Quarta-feira)	28/07/2022 (Quinta-feira)	29/07/2022 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com Cacau Pão hot dog com Requeijão	Suco de melancia Pão de forma com patê de abóbora	Leite com Cacau Pão hot dog com Requeijão	Vitamina de mamão Pão de integral com margarina	Leite com cacau Pão de forma com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, Feijão Ovos cozidos com azeite e Salada de pepino Laranja	Arroz, Feijão Preto Frango com mandioca Salada de repolho com cenoura Melão	Arroz, Feijão Pernil com batata Salada acelga Melancia	Arroz, Feijão Carne moída ao molho cenoura Salada de Alface Laranja	Arroz, Feijão Frango ensopado com chuchu Salada de escarola com tomate Maçã
LANCHE (13h30)	Vitamina de Banana Biscoito Cream Craker	Leite com Cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de Banana Maçã	Mingau de Cacau	Vitamina de Abacate Banana
JANTAR (16h)	Sopa de feijão com frango (cenoura, chuchu, batata) Maçã	Macarrão ao alho e óleo Atum ao sugo Salada de beterraba ralada Laranja	Sopa de legumes com carne (cenoura, chuchu, batata doce e macarrão) Melão	Arroz Carne moída com abobrinha Salada de repolho Maçã	Macarrão ao alho de óleo Carne em cubos com abóbora Salada de Beterraba cozida Melancia

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1053,11	166	44	37
Fundamental	6 a 10 anos	1180,08	186	48	41

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Sáirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista - Bonizzoni

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista SAE

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