

	05/09 (Segunda-feira)	06/09 (Terça-feira)	07/09 (Quarta-feira)	08/09 (Quinta-feira)	09/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com cacau Mamão	<b>FERIADO NACIONAL</b>	Vitamina de Abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão ao molho de cenoura e beterraba / Carne em cubos com abóbora / Salada de alface Melancia		Arroz, feijão Atum ao molho Farofa rica Maçã	Arroz, Feijão Frango com Mandioca Repolho refogado Melão
LANCHE (13:00h)	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga		Leite com cacau Banana	Suco de Manga Bolo de Banana
JANTAR (15:00h)	Arroz, frango com cenoura e milho Salada de repolho Melancia	Arroz, Feijão, Carne moída com molho, batata e cenoura Salada de acelga Maçã		Macarrão ao sugo com carne moída e abóbora Salada de beterraba Laranja	Sopa de feijão com carne, macarrão de sopa e legumes (batata, cenoura e chuchu) Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	355	55	14	9	134	26	181	2
	Tarde	303	49	11	7	121	15	110	2
	Integral	637	103	25	14	240	40	282	4

	12/09 (Segunda-feira)	13/09 (Terça-feira)	14/09 (Quarta-feira)	15/09 (Quinta-feira)	16/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e cacau Maçã	Suco de Melancia Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate Banana
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Frango refogado Salada de acelga com tomate Maçã	Arroz, Feijão Preto Pernil Farofa de couve Melão	Arroz, Feijão Ovos mexidos Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com chuchu / Salada de escarola Mamão	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de alface Laranja
LANCHE (13:00h)	Vitamina de Banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Maçã Banana	Suco de manga Torta de legumes
JANTAR (15:00h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho / Salada de repolho com beterraba / Laranja	Arroz, frango com cenoura e milho Salada de escarola Melancia	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de acelga Banana	Arroz, Feijão Carne com abóbora Salada de alface Melão	Sopa com carne em cubos e legumes (abóbora, mandioca e abobrinha) Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	436	68	16	11	155	22	158	3
	Tarde	329	50	12	9	201	44	136	1
	Integral	739	116	28	18	337	65	282	4

	19/09 (Segunda-feira)	20/09 (Terça-feira)	21/09 (Quarta-feira)	22/09 (Quinta-feira)	23/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de legumes	Leite com cacau Banana	Vitamina de banana Maçã
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Repolho refogado / Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo com abobrinha Salada de Alface / Laranja	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de escarola com tomate Banana
LANCHE (13:00h)	Vitamina de Banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia / Pão cas. com req. de inhame e frango	Vitamina de abacate Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
JANTAR (15:00h)	Arroz com cenoura Carne em cubos ao molho com batata Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com molho e abobrinha / Salada de repolho Laranja	Sopa de frango, macarrão de sopa e legumes (batata, cenoura e chuchu) Maçã	Arroz, Feijão Atum ao molho Purê de batata Melancia	Sopa de feijão com carne, macarrão de sopa e legumes (batata doce, chuchu, abóbora) Melão

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	401	62	16	10	124	27	152	3
	Tarde	336	48	14	10	255	85	141	2
	Integral	712	109	29	18	360	111	282	4

	26/09 (Segunda-feira)	27/09 (Terça-feira)	28/09 (Quarta-feira)	29/09 (Quinta-feira)	30/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Banana	Suco de Melancia Bolo de banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com cacau Maçã
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Beterraba cozida Melancia	Arroz, Feijão Carne em moída c/ Batata doce Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Farofa de Couve Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango ao sugo com cenoura Salada de alface Melancia
LANCHE (13:00h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Mamão	Suco de Manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
JANTAR (15:00h)	Sopa de carne, macarrão de sopa e legumes (batata, abóbora e abobrinha) Maçã	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Melão	Sopa de feijão com carne em cubos e legumes (abóbora, chuchu, batata) Banana	Arroz, Frango com cenoura e milho Salada de escarola Maçã	Arroz, Feijão Carne moída Purê de batata Laranja

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã	389	61	16	9	211	33	150	3
	Tarde	390	60	14	10	182	41	112	2
	Integral	771	124	30	17	373	73	250	4

**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 Bonizzoni