

	05/09 (Segunda-feira)	06/09 (Terça-feira)	07/09 (Quarta-feira)	08/09 (Quinta-feira)	09/09 (Sexta-feira)
LANCHE (8:00h/15:00h)	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/13:00h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface Melancia		Macarrão ao sugo com frango e milho Salada de beterraba Maçã	Sopa de feijão com c. cubos, macarrão de sopa e legumes (batata, cenoura e chuchu) Banana

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã / Tarde		330	51	12	9	130	31	138

	12/09 (Segunda-feira)	13/09 (Terça-feira)	14/09 (Quarta-feira)	15/09 (Quinta-feira)	16/09 (Sexta-feira)
LANCHE (8:00h/15:00h)	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/13:00h)	Arroz, Feijão Frango refogado Salada de acelga com tomate Maçã	Arroz, Feijão Preto Pernil Farofa de couve Melão	Sopa de frango e legumes (abóbora, batata doce e chuchu) Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Salada de escarola Banana	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de repolho com beterraba / Mamão

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã / Tarde		425	68	15	10	208	23	146

	19/09 (Segunda-feira)	20/09 (Terça-feira)	21/09 (Quarta-feira)	22/09 (Quinta-feira)	23/09 (Sexta-feira)
LANCHE (8:00h / 15:00h)	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 / 13:00h)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Repolho refogado / Laranja	Arroz, Feijão Pernil com mandioca Salada de acelga com tomate Melancia	Sopa de feijão com carne, macarrão de sopa e legumes (batata doce, chuchu, abóbora) Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho e abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Atum com batata Salada de acelga Banana

Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã / Tarde		435	70	15	10	214	31	175

	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	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Banana Maçã	Suco de Melancia Bolo de banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Farofa de couve Melancia	Sopa de frango, macarrão de sopa e legumes (batata, abóbora e abobrinha) Banana	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu e batata Beterraba cozida Mamão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho 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 / Tarde	406	65	14	10	146	33	148	2

**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