

	03/10 (Segunda-feira)	04/10 (Terça-feira)	05/10 (Quarta-feira)	06/10 (Quinta-feira)	07/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Leite com cacau Pão hot dog com margarina	Vitamina de banana Biscoito cream cracker	Mingau de cacau	Vitamina de abacate Banana	Suco de manga Pão de forma com patê de cenoura e frango
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	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 repolho Melancia	Caldo verde (batata, couve e pernil)  Banana	Arroz, feijão Atum ao molho com batata Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Polenta com molho de frango desfiado / Repolho refogado Melão

Composição nutricional (Média semanal)	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	6 a 10 anos	577,05	91	23	14

	10/10 (Segunda-feira)	11/10 (Terça-feira)	12/10 (Quarta-feira)	13/10 (Quinta-feira)	14/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Iogurte de morango Biscoito maisena	Suco de melancia Bolo de cacau com cobertura de cacau	FERIADO	SEMANA DA EDUCAÇÃO	
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo Salada de acelga com tomate Laranja	Pão hot dog com salsicha ao molho com batata palha Suco de uva (Agricultura Familiar)			

Composição nutricional (Média semanal)	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	6 a 10 anos	189	32	5	5

	17/10 (Segunda-feira)	18/10 (Terça-feira)	19/10 (Quarta-feira)	20/10 (Quinta-feira)	21/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Pão integral com requeijão	Mingau de aveia	Suco de goiaba Pão de forma com patê de abóbora e frango	Vitamina de banana Maçã
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Repolho refogado / Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melancia	Sopa de frango, macarrão de sopa e legumes (cenoura e chuchu) Maçã	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo com abobrinha Salada de Alface / Banana	Arroz, Feijão Pernil com batata Salada de escarola com tomate Laranja

Composição nutricional	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
------------------------	-------	----------------	---------	---------	---------

(Média semanal)	6 a 10 anos	487	74	21	12
-----------------	-------------	-----	----	----	----

	24/10 (Segunda-feira)	25/10 (Terça-feira)	26/10 (Quarta-feira)	27/10 (Quinta-feira)	28/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM/ LANCHE (7h/13h)	Leite com cacau Pão hot dog com margarina	Suco de Melancia Bolo	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Biscoito cream cracker	Vitamina de banana com cacau Maçã
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Beterraba cozida Maçã	Sopa de feijão com carne em cubos e legumes (abóbora, chuchu, batata doce) Melão	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Farofa de Couve Banana	Macarrão ao alho e óleo Frango ao sugo com cenoura Salada de alface Melancia

Composição nutricional (Média semanal)	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	6 a 10 anos	644	100	24	29

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

Shirley Lopes Fernandes da Silva  
CRN-3 16607  
Nutricionista Bonizzoni