

	03/10 (Segunda-feira)	04/10 (Terça-feira)	05/10 (Quarta-feira)	06/10 (Quinta-feira)	07/10 (Sexta-feira)
LANCHE (8:00h/15:00h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	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	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)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã / Tarde	425	59	19	13	240	39	243	2

	10/10 (Segunda-feira)	11/10 (Terça-feira)	12/10 (Quarta-feira)	13/10 (Quinta-feira)	14/10 (Sexta-feira)
LANCHE (8:00h/15:00h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva (Agricultura Familiar) Mini pizza de queijo	FERIADO	SEMANA DA EDUCAÇÃO	
ALMOÇO (10:00h/13:00h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo Salada de acelga com tomate Chup chup de fruta	Arroz, Feijão Estrogonofe de frango Batata assada Bolo de chocolate com cobertura de brigadeiro de 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	152	20	7	5	44	12	48	1

	17/10 (Segunda-feira)	18/10 (Terça-feira)	19/10 (Quarta-feira)	20/10 (Quinta-feira)	21/10 (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 Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melancia	Sopa de feijão com carne, macarrão de sopa e legumes (chuchu, abóbora) Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo com abobrinha Salada de Alface / Banana	Arroz, Feijão Atum com batata Salada de escarola com tomate Laranja

Composição nutricional	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
------------------------	---------	----------------	---------	---------	---------	--------------	-------------	---------	---------

(Média semanal)	Manhã / Tarde	145	19	7	4	45	10	70	1
-----------------	---------------	-----	----	---	---	----	----	----	---

	24/10 (Segunda-feira)	25/10 (Terça-feira)	26/10 (Quarta-feira)	27/10 (Quinta-feira)	28/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Banana	Suco de Laranja Pão caseiro com manteiga	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	Sopa de carne, macarrão de sopa e legumes ( abóbora e abobrinha) Maçã	Arroz, Feijão Carne em moída c/ Batata Salada de repolho 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)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	Manhã / Tarde	117	16	6	3	38	11	45	1

**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