

	06/02 (Segunda-feira)	07/02 (Terça-feira)	08/02 (Quarta-feira)	09/02 (Quinta-feira)	10/02 (Sexta-feira)
LANCHE 1	Mamão	Maçã	Melão	Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
LANCHE 2	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Bolo de banana	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de alface com tomate Laranja
LANCHE 1	Mamão	Maçã	Melão	Maçã	Suco de manga Banana
LANCHE 2	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Bolo de banana	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao sugo Salada de repolho com cenoura 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	269	41	7	8	115	26	129	1
	Tarde	243	40	6	6	138	23	97	1
	Integral	512	81	13	14	253	49	226	2

	13/02 (Segunda-feira)	14/02 (Terça-feira)	15/02 (Quarta-feira)	16/02 (Quinta-feira)	17/02 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de legumes	Suco de melancia Banana
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano / Salada de batata com cenoura / Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos Mandioca Melancia	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Polenta / Salada de repolho / Banana
LANCHE (13:00h)	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
JANTAR (15:00h)	Arroz / Frango desfiado ao molho com cenoura e ervilha Salada de acelga com beterraba Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com abobrinha Salada de repolho Maçã	Caldo verde (Pernil, batata e couve) Melancia	Arroz, Feijão Atum ao molho Purê de batata Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne desfiada ao molho Salada de alface 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	421	67	18	9	214	79	150	2
	Tarde	364	54	15	10	176	35	142	2
	Integral	785	121	33	19	390	114	292	4

	20/02 (Segunda-feira)	21/02 (Terça-feira)	22/02 (Quarta-feira)	23/02 (Quinta-feira)	24/02 (Sexta-feira)
	Carnaval (Ponto Facultativo)		Quarta-feira de Cinzas (Ponto Facultativo)	Planejamento	

	27/02 (Segunda-feira)	28/02 (Terça-feira)	01/03 (Quarta-feira)	02/03 (Quinta-feira)	03/03 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Vitamina de banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate c/ banana Maçã
ALMOÇO (10:00h)	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Beterraba cozida Melancia	Arroz, Feijão Carne em moída c/ batata Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de alface c/ tomate Banana
LANCHE (13:00h)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate c/ banana Maçã	Suco de abacaxi Torta de legumes	Vitamina mamão c/ banana Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
JANTAR (15:00h)	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Melão	Sopa de feijão com carne em cubos (macarrão de sopa, batata doce, abóbora, abobrinha) Maçã	Arroz, Frango desfiado ao molho com cenoura e ervilha Salada de acelga Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de alface c/ beterraba Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura 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	413	63	6	11	240	41	63	3
	Tarde	419	67	16	10	374	25	144	2
	Integral	832	130	22	21	614	66	207	5

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

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