

	06/03/2023 (Segunda-feira)	07/03/2023 (Terça-feira)	08/03/2023 (Quarta-feira)	09/03/2023 (Quinta-feira)	10/03/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM / LANCHE	Leite com cacau Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Suco de abacaxi Pão cas. com patê de abóbora	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
ALMOÇO / JANTAR	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Sopa de feijão com carne em cubos (abóbora, chuchu, batata) Maçã	Risoto de frango com cenoura e milho Salada de escarola Banana	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de alface Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Goiaba	Banana	Maçã	Mexerica	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	390	60	15	10	160	31	137	2

	13/03/2023 (Segunda-feira)	14/03/2023 (Terça-feira)	15/03/2023 (Quarta-feira)	16/03/2023 (Quinta-feira)	17/03/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM / LANCHE	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate Banana	Suco de melancia Torta de legumes com frango
ALMOÇO / JANTAR	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, feijão Frango(cebola, tomate, pimentão, coentro) Salada de batata / Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo Salada de beterraba ralada Banana	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de alface com tomate Melancia	Sopa de feijão com c. cubos (batata, cenoura e chuchu) Laranja
LANCHE DA SAÍDA	Goiaba	Banana	Maçã	Mexerica	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	360	56	14	9	189	40	91	2

	20/03/2023 (Segunda-feira)	21/03/2023 (Terça-feira)	22/03/2023 (Quarta-feira)	23/03/2023 (Quinta-feira)	24/03/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM / LANCHE	Leite com cacau Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Abacate Maçã	Vitamina de Mamão Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
ALMOÇO / JANTAR	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Batata e cenoura sauté Laranja	Sopa de feijão com carne em cubos (cenoura, chuchu, macarrão) Melancia	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Salada de Alface Melão	Macarrão ao sugo Frango com abóbora Salada de repolho Banana
LANCHE DA SAÍDA	Goiaba	Banana	Maçã	Mexerica	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	430	66	17	11	199	31	174	3

	27/03/2023 (Segunda-feira)	28/03/2023 (Terça-feira)	29/03/2023 (Quarta-feira)	30/03/2023 (Quinta-feira)	31/03/2023 (Sexta-feira)
DESJEJUM / LANCHE	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Banana	Suco de abacaxi Bolo de banana	Vitamina de banana Maçã
ALMOÇO / JANTAR	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Salada de batata / Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com abobrinha Salada de repolho Maçã	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de escarola com tomate Banana	Sopa de legumes com carne (cenoura, chuchu, macarrão) Melão
LANCHE DA SAÍDA	Goiaba	Banana	Maçã	Banana	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	409	66	15	9	174	23	123	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