



		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 (7h) LANCHE (13h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro c/ Manteiga	Mingau de cacau	Vitamina de mamão c/ banana Maçã	Suco de manga Bolo	Leite com cacau Pão caseiro c/ manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com requeijão				Leite com cacau Pão forma c/ margarina
REFEIÇÃO (10h/ 15h)		Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de repolho com tomate	Arroz com cenoura, Feijão Pernil (cebola, tomate, pimentão, cebola e coentro) Salada de batata	Macarrão ao sugo Carne moída com chuchu e cenoura	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de alface com tomate	Sopa de feijão com Carne (cenoura, chuchu, macarrão)
		Laranja	Maçã	Melancia	Laranja	Banana
TODOS		GOIABA	MAÇÃ	BANANA	MEXERICA	BANANA

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Infantil	2 e 3 anos	282	44	11	9
Infantil	4 e 5 anos	275,3	43	12	8

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

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

Raquel N. R. C. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista SAE

		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 (7h) LANCHE (13h)	Inf. 2 e 3	Leite com Cacau Pão caseiro c/ Manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Mingau de aveia
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de forma com requeijão		Leite com cacau Pão forma com requeijão	
REFEIÇÃO (10h/ 15h)		Macarrão ao alho e óleo com cenoura Frango desfiado ao molho Salada de Acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Preto Pernil com mandioca Salada de repolho Melancia	Sopa de legumes com frango (abóbora, chuchu, macarrão) Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de Alface Laranja	Arroz, Feijão Carne Moída com abobrinha Farofa Rica Melão
LANCHE DA SAÍDA		GOIABA	MAÇÃ	BANANA	MEXERICA	MAÇÃ

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)
Infantil	2 e 3 anos	511	93	24	27
Infantil	4 e 5 anos	501,2	91	23	26

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

Shirley Lopes Fernandes da Silva

CRN-3 16607

Nutricionista - Bonizzoni

Raquel N. R. C. Neves

CRN-3 35646

Nutricionista SAE

		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 (7h) LANCHE (13h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro c/ patê de cenoura e frango	Mingau de cacau	Suco de manga Bolo	Vitamina de abacate Banana
	Inf. 4 e 5	Leite com Cacau Pão de forma com margarina	Leite com cacau Pão forma c/ patê de cenoura e frango			
REFEIÇÃO (10h/ 15h)		Macarrão ao alho e óleo Carne moída com chuchu Salada de acelga com tomate	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Beterraba ralada	Sopa de legumes com carne em cubos (cenoura, chuchu e macarrão)	Arroz, Feijão Atum com pimentão e coentro ao molho e batata Salada de Alface	Arroz, Feijão Frango com cenoura Salada de escarola com tomate
		Maçã	Laranja	Melancia	Laranja	Maçã
LANCHE DA SAÍDA		GOIABA	MAÇÃ	BANANA	MAÇÃ	PERA

Composição nutricional (Média Semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Infantil	2 e 3 anos	501	86	23	14
Infantil	4 e 5 anos	498,3	85	23	14

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

Shirley Lopes Fernandes da Silva

CRN-3 16607

Nutricionista - Bonizzoni

Raquel N. R. C. Neves

CRN-3 35646

Nutricionista SAE