

	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 (7h/13h)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Vitamina de banana Maçã	Suco de goiaba Pão de forma com patê de abóbora	Iogurte de morango Banana
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de repolho 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)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	635	98	27	15

	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 (7h/13h)	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Mingau de cacau	Vitamina de banana Maçã	Suco de manga Bolo	Vitamina de banana Pão hot dog com margarina
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	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 Melancia	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de alface com tomate Banana	Sopa de feijão com c. cubos (batata, cenoura e chuchu) Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Goiaba	Banana	Maçã	Mexerica	Banana

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	785	106	25	29

	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 (7h/13h)	Leite com cacau Banana	Leite com cacau Biscoito Maisena	Vitamina de banana Maçã	Vitamina de mamão Pão hot dog com patê de cenoura	Leite com cacau Pão de forma com requeijão
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Carne cubos com abobora Salada de acelga com tomate Maçã	Macarrão alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Laranja	Sopa de feijão com carne em cubos (cenoura, chuchu, macarrão) Banana	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Salada de Alface Melancia	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Melão
LANCHE DA SAÍDA	Goiaba	Banana	Maçã	Mexerica	Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	765,01	107	28	25

	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 (7h/13h)	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Suco de melancia Banana	Suco de goiaba Bolo	Arroz doce
ALMOÇO/ JANTAR (10h/15h)	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Salada de batata Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melão	Sopa de feijão com carne (cenoura, chuchu, macarrão) Maçã	Arroz, Feijão Carne moída abobrinha Salada de Alface Melancia	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Banana
LANCHE DA SAÍDA	Goiaba	Banana	Maçã	Banana	Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Categoria	Idade	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	Fundamental	6 a 10 anos	787	109	26	28

Suzana Ruth Vieira da Silva
CRN-3 21934

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607