



		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 (7h/ 7:45h)	INF 1 A 3	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
	INF 4 E 5		Leite com cacau Pão de forma com requeijão		Suco de abacaxi Pão de forma com patê de abóbora	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	TODOS	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de repolho Melancia	Arroz, Feijão Carne em moída c/ Batata doce Salada de beterraba Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de acelga Melão	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de alface Melancia
LANCHE (13:00h)	INF 1 A 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Mamão	Suco de Melancia Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Abacate Banana	Vitamina de Banana Pão caseiro com manteiga
	INF 4 E 5	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão		Suco de Melancia Pão de forma com margarina		Vitamina de Banana Pão de forma com requeijão
JANTAR (15:00h)	TODOS	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo Salada de beterraba cozida Melancia	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 C. moída com cenoura Purê de batata Laranja
LANCHE DA SAÍDA	TODOS	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)
		INF 1 A 3	Manhã	438	69	17	10	261	33
	Tarde	367	57	13	10	189	34	120	2
	Integral	777	124	30	18	431	65	250	5
Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		INF 4 E 5	Manhã	537	67	17	22	246	33
	Tarde	522	56	13	27	166	34	128	2
	Integral	1034	121	31	48	393	65	271	5

		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/ 7:45h)	INF 1 A 3	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
	INF 4 E 5	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão		Leite com cacau Pão de forma com requeijão		
ALMOÇO (10:00h)	TODOS	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz com cenoura, 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	Arroz, Feijão Carne em cubos com abobrinha Repolho refogado Maçã
LANCHE (13:00h)	INF 1 A 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Maçã Mamão	Suco de Manga Bolo de Banana	Vitamina de Mamão Banana
	INF 4 E 5	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão			
JANTAR (15:00h)	TODOS	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo Salada de repolho Melancia	Sopa de legumes com frango (abóbora, batata doce e chuchu) Laranja	Arroz, Feijão Frango com chuchu e cenoura Salada de escarola Laranja	Arroz, Carne moída com molho, batata e cenoura Salada de repolho Maçã	Sopa de feijão com c. cubos (batata, cenoura e chuchu) Laranja
LANCHE DA SAÍDA	TODOS	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)
		INF 1 A 3	Manhã	382	59	15	10	185	39
	Tarde	319	54	11	7	316	46	60	2
	Integral	675	111	26	14	482	84	162	4
Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		INF 4 E 5	Manhã	486	58	15	21	170	39
	Tarde	245	54	11	18	301	46	60	2
	Integral	886	111	26	38	452	84	166	4

		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/ 7:45h)	INF 1 A 3	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				
	INF 4 E 5		Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco		Vitamina de Mamão Pão hot dog com requeijão	Iogurte Pão de forma com requeijão				
ALMOÇO (10:00h)	TODOS	Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com cenoura / Salada de beterraba cozida / Melão	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Salada de Alface Melão	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho Maçã				
LANCHE (13:00h)	INF 1 A 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Suco de abacaxi Torta de legumes com frango				
	INF 4 E 5	Leite com cacau Pão hot dog com margarina		Leite com cacau Pão de forma com requeijão						
JANTAR (15:00h)	TODOS	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga com tomate Laranja	Sopa de feijão com carne em cubos (cenoura, chuchu, macarrão) Melancia	Macarrão ao sugo Frango com abóbora Salada de repolho Banana	Arroz, Carne em cubos com mandioca, Salada de escarola Melancia				
LANCHE DA SAÍDA	TODOS	Goiaba	Banana	Maçã	Mexerica	Maçã				
Composição nutricional (Média semanal)	INF 1 A 3	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		Manhã	458	72	18	11	183	31	191	3
		Tarde	391	62	14	10	199	14	116	2
		Integral	824	132	31	19	363	44	296	4
	INF 4 E 5	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		Manhã	458	72	18	11	183	31	191	3
		Tarde	549	61	14	28	176	14	120	2
		Integral	981	131	31	37	340	44	300	5

		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/ 7:45h)	INF 1 A 3	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
	INF 4 E 5	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Suco de manga Pão de forma com requeijão			
ALMOÇO (10:00h)	TODOS	Arroz, Feijão Omelete com cebola, tomate e orégano Salada de batata / Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga com tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos Virado de couve Laranja	Arroz, Feijão Carne moída abobrinha Salada de Alface Maçã	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho Melão
LANCHE (13:00h)	INF 1 A 3	Vitamina de Banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de mamão Pão caseiro com manteiga	Vitamina de Banana Mamão	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	INF 4 E 5		Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Vitamina de mamão Pão de forma com requeijão		Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
JANTAR (15:00h)	TODOS	Sopa de feijão com carne (batata doce, chuchu, abóbora) Melão	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao sugo com abobrinha / Salada de repolho Maçã	Sopa de legumes com carne (cenoura, chuchu, macarrão) Melão	Arroz / Frango ao molho com cenoura Purê de batata Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de escarola com tomate Banana
LANCHE DA SAÍDA	TODOS	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)		
		INF 1 A 3	Manhã	445	72	17	10	143	34	138	3
			Tarde	409	56	16	13	335	36	160	2
			Integral	828	126	33	21	459	69	287	5
Composição nutricional (Média semanal)	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)		
		INF 4 E 5	Manhã	445	72	17	10	143	34	138	3
			Tarde	409	56	16	13	335	36	160	2
			Integral	828	126	33	21	459	69	287	5

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