

CARDÁPIO SEMANAL DE 01 A 04/08					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum		Leite Pão de forma com manteiga	Leite com canela Pão de leite com manteiga	Leite com cacau Ovo mexido	Leite Pão de forma com manteiga
Colação		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço		Macarrão ao sugo com carne Salada de pepino	Arroz / Feijão Frango refogado Creme de milho	Arroz / Feijão Tilápia com batata Salada de alface	Arroz / Feijão Omelete de forno com vagem Salada de couve-flor
Lanche da Tarde		Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Mingau de aveia	Leite com canela Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de leite com manteiga
Jantar		Arroz / Feijão Carne com seleta de legumes Fruta	Arroz / Feijão Frango com brócolis Salada de beterraba Fruta	Sopa de legumes com carne e macarrão Fruta	Macarrão ao sugo com frango Salada de escarola Fruta
média semanal	Calorias = 829 kcal Proteínas = 48 g Carboidratos = 101 g Lipídios = 28 g Ferro = 7 mg Cálcio= 513 mg Vitamina A = 587 mcg Vitamina C = 61 mg Fibras = 12 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 07 A 11/08					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Leite Pão de forma com manteiga	Leite com canela Pão de leite com manteiga	Leite com cacau Ovo mexido	Leite Pão de forma com manteiga
Colação	Suco natural de maracujá	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz / Feijão Frango refogado Purê de mandioca	Macarrão à bolonhesa Salada de berinjela	Arroz / Feijão Estrogonofe de frango Salada de beterraba	Arroz / Feijão Cação com com batata e cenoura Salada de brócolis	Arroz / Feijão Frango assado Polenta mole Salada de rúcula
Lanche da Tarde	Leite com canela Biscoito salgado com manteiga	Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Bolinho de grão de bico	Leite com canela Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de leite com manteiga
Jantar	Sopa Canja Fruta	Arroz / Feijão Carne com cenoura Salada de pepino Fruta	Arroz / Feijão Frango com abobrinha Suco natural de maracujá	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta	Macarrão ao sugo com frango Salada de alface Fruta
média semanal	Calorias = 830 kcal Proteínas = 49 g Carboidratos = 104 g Lipídios = 26 g Ferro = 7 mg Cálcio= 451 mg Vitamina A = 580 mcg Vitamina C = 75 mg Fibras = 16 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 14 A 18/08					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Leite Pão de forma com manteiga	Leite com canela Pão de leite com manteiga	Leite com cacau Ovo mexido	Leite Pão de forma com manteiga
Colação	Suco natural de maracujá	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz / Feijão Frango com cenoura Repolho refogado	Macarrão ao sugo com carne Salada de pepino	Arroz / Feijão Frango refogado Salada de beterraba	Arroz / Feijão Tilápia com batata Salada de escarola	Arroz / Feijão Omelete de forno com abobrinha Salada de alface
Lanche da Tarde	Leite com canela Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoito salgado com manteiga	Mingau de aveia	Leite com canela Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de leite com manteiga
Jantar	Sopa de grão-de-bico com frango Fruta	Arroz / Feijão Carne com batata Fruta	Arroz / Feijão Frango com acelga Suco natural de maracujá	Sopa de legumes com carne e macarrão Fruta	Macarrão ao sugo com frango Salada de vagem Fruta
média semanal	Calorias = 826 kcal Proteínas = 48 g Carboidratos = 101 g Lipídios = 27 g Ferro = 7 mg Cálcio= 483 mg Vitamina A = 561 mcg Vitamina C = 69 mg Fibras = 14 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 21 A 25/08					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Leite Pão de forma com manteiga	Leite com canela Pão de leite com manteiga	Leite com cacau Ovo mexido	Leite Pão de forma com manteiga
Colação	Suco natural de maracujá	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Arroz / Feijão Estrogonofe de frango Salada de cenoura	Macarrão à bolonhesa Salada de acelga	Arroz / Feijão Frango com abobrinha Salada de beterraba	Arroz / Feijão Cação com batata e cenoura Salada de alface	Arroz / Feijão Frango assado Polenta mole Couve-manteiga refogada
Lanche da Tarde	Leite com canela Biscoito salgado com manteiga	Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Bolinho de grão de bico	Leite com canela Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de leite com manteiga
Jantar	Sopa canja Fruta	Arroz / Feijão Carne com berinjela Fruta	Arroz / Feijão Frango refogado Salada de rúcula Suco natural de maracujá	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta	Macarrão ao sugo com frango Salada de couve-flor Fruta
média semanal	Calorias = 836 kcal Proteínas = 49 g Carboidratos = 105 g Lipídios = 27 g Ferro = 8 mg Cálcio= 452 mg Vitamina A = 615 mcg Vitamina C = 58 mg Fibras = 15 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 28 A 31/08					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite com cacau Pão de leite com manteiga	Leite Pão de forma com manteiga	Leite com canela Pão de leite com manteiga	Leite com cacau Ovo mexido	
Colação	Suco natural de maracujá	Fruta	Fruta	Fruta	
Almoço	Arroz / Feijão Frango refogado Purê de batata	Macarrão ao sugo com carne Salada de berinjela	Arroz / Feijão Frango com cenoura Salada de rúcula	Arroz / Feijão Tilápia com batata Salada de alface	
Lanche da Tarde	Leite com canela Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Biscoito salgado com manteiga	Mingau de aveia	Leite com canela Pão de forma com manteiga	
Jantar	Sopa de grão-de-bico com frango Fruta	Arroz / Feijão Carne com repolho Fruta	Arroz / Feijão Frango com abobrinha Salada de pepino Suco natural de maracujá	Sopa de legumes com carne e macarrão Fruta	
média semanal	Calorias = 866 kcal Proteínas = 51 g Carboidratos = 109 g Lipídios = 27 g Ferro = 7 mg Cálcio= 485 mg Vitamina A = 633 mcg Vitamina C = 49 mg Fibras = 15 g				

OBS.: Para crianças com idade inferior a 1 ano seguir as orientações do esquema alimentar do Berçário

O cardápio estará sujeito a alterações que visam manter a qualidade dos gêneros oferecidos, observando também o grau de maturação do hortifrutí.

Cardápio atendendo as recomendações do FNDE (Resolução 20/2020): No mínimo 70% das necessidades nutricionais diárias para creches em período integral

Nutricionistas: Anna Paula Salles Maia Duarte (RT), Arnaldo Ribeiro da Silva (QT), Christiane Loureiro Carpentiere (QT), Fernanda Freitas Pecchiore (QT), Graciela Almeida (QT), Miriam Ferreira Oliveira dos Santos (QT), Rafaela de Assis Neves (QT), Roberta Lopes Rodrigues Maliauka (QT), Vivian Castello Branco Mendes (QT)