

<i>CARDAPIO SEMANAL DE 03 A 07/03</i>					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>					
<i>Colação</i>					
<i>Almoço</i>	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	REUNIÃO PEDAGÓGICA	REUNIÃO PEDAGÓGICA
<i>Lanche da Tarde</i>					
<i>Jantar</i>					

<i>CARDÁPIO SEMANAL DE 10 A 14/03</i>					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite com cacau Bisc. salgado com margarina	Mamão com leite*	Leite com cacau Pão de milho com margarina	Suco de laranja Ovo mexido	Leite com cacau Pão de coco com margarina
<i>Colação</i>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<i>Almoço</i>	Arroz / Feijão Frango refogado Creme de milho	Arroz / Feijão Carne suína acebolada Salada de beterraba	Arroz / Feijão Peixe com cenoura Salada de chuchu	Arroz / Feijão Frango com mandioquinha Salada de tomate	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho
<i>Lanche da Tarde</i>	Leite com cacau Bisc. salgado com margarina	Mingau de aveia com maçã	Leite com cacau Pão de leite com margarina	Leite Banana com aveia	Leite Bolo de cacau
<i>Jantar</i>	Sopa Canja Fruta	Arroz / Feijão Carne suína com batata Fruta	Sopa de legumes com frango Fruta	Macarrão ao sugo com frango Salada de vagem	Arroz / Feijão Carne moída com abobrinha Fruta
<i>média semanal</i>	Calorias = 859 kcal Proteínas = 48 g Carboidratos = 114 g Lipídios = 26 g Ferro = 6 mg Cálcio= 424 mg Vitamina A = 546 mcg Vitamina C = 90 mg Fibras = 13 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 17 A 21/03					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite com cacau Pão de leite com margarina	Vitamina de mamão Biscoito salgado com margarina	Leite com cacau Pão de coco com margarina	Suco de laranja Ovo mexido	Leite com cacau Pão de leite com margarina
<i>Colação</i>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<i>Almoço</i>	Macarrão ao sugo com frango Salada de pepino	Arroz / Feijão Peixe com pimentão verde Salada de cenoura	Arroz / Feijão Estrogonofe de carne Salada de beterraba	Arroz / Feijão Frango assado Polenta cremosa	Arroz / Feijão preto Carne moída refogada Mandioquinha sauté
<i>Lanche da Tarde</i>	Leite com cacau Biscoito salgado com margarina	Mingau de aveia com maçã	Leite com cacau Pão de milho com margarina	Barrinha de cacau, aveia e banana	Leite Bolo de maçã
<i>Jantar</i>	Arroz / Feijão Frango com batata Fruta	Sopa Canja	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta	Sopa de legumes com frango	Macarrão à bolonhesa Salada de abobrinha Fruta
<i>média semanal</i>	Calorias = 836 kcal Proteínas = 46 g Carboidratos = 115 g Lipídios = 24 g Ferro = 6 mg Cálcio= 356 mg Vitamina A = 496 mcg Vitamina C = 66 mg Fibras = 12 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 24 A 28/03					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite com cacau Pão de leite com margarina	Mamão com leite*	Leite com cacau Pão de milho com margarina	Suco de laranja Ovo mexido	Leite com cacau Pão de leite com margarina
<i>Colação</i>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<i>Almoço</i>	Arroz / Feijão Frango refogado Purê de batata	Arroz / Feijão preto Carne suína acebolada Salada de pepino	Arroz / Feijão Peixe com tomate Cenoura sauté	Arroz / Feijão Frango com abobrinha Salada de beterraba	Macarrão à bolonhesa Salada de pepino
<i>Lanche da Tarde</i>	Leite com cacau Biscoito salgado com margarina	Mingau de aveia com maçã	Leite com cacau Pão de coco com margarina	Leite Banana com aveia	Leite Brownie de cacau
<i>Jantar</i>	Macarrão ao sugo com frango Salada de repolho Fruta	Arroz / Feijão Carne suína com chuchu	Sopa Canja Fruta	Sopa de mandioquinha com frango	Arroz / Feijão Carne moída com vagem Fruta
<i>média semanal</i>	Calorias = 806 kcal Proteínas = 47 g Carboidratos = 113 g Lipídios = 23 g Ferro = 6 mg Cálcio= 401 mg Vitamina A = 432 mcg Vitamina C = 80 mg Fibras = 12 g				

CARDÁPIO DE 31/03					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
Desjejum	Leite com cacau Pão de leite com margarina				
Colação	Fruta				
Almoço	Macarrão ao sugo com frango Salada de chuchu				
Lanche da Tarde	Leite com cacau Biscoito salgado com margarina				
Jantar	Arroz / Feijão Frango com cenoura Fruta				
Calorias = 855 kcal Proteínas = 48 g Carboidratos = 118 g Lipídios = 27 g Ferro = 6 mg Cálcio= 409 mg Vitamina A = 527 mcg Vitamina C = 35 mg Fibras = 11 g					

* Vitamina OU fruta picada com leite em pó

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 hortifruti.

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), Mônica Bezerra Miranda (QT), Rafaela de Assis Neves (QT), Roberta Lopes Rodrigues Maliauka (QT), Vivian Castello Branco Mendes (QT)