

CARDÁPIO SEMANAL DE 01 A 04/04					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>		Vitamina de mamão Biscoito salgado com margarina	Leite com cacau Pão de coco com margarina	Suco de laranja Ovo mexido	Abacate com leite*
<i>Colação</i>		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<i>Almoço</i>		Arroz / Feijão Peixe com pimentão verde Salada de tomate	Arroz / Feijão Carne acebolada Batata sauté	Arroz / Feijão Frango assado Creme de espinafre	Arroz / Feijão Carne moída com vagem Salada de beterraba
<i>Lanche da Tarde</i>		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>		Sopa Canja Fruta	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta	Sopa de mandioquinha com frango Fruta	Macarrão à bolonhesa Salada de alface Fruta
<i>média semanal</i>	Calorias = 854 kcal Proteínas = 47 g Carboidratos = 117 g Lipídios = 26 g Ferro = 7 mg Cálcio= 401 mg Vitamina A = 477 mcg Vitamina C = 95 mg Fibras = 16 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 07 A 11/04					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite com cacau Pão de leite com margarina	Vitamina de banana Biscoito salgado com margarina	Leite com cacau Pão de milho com margarina	Suco de laranja Biscoito salgado com margarina	Leite com cacau Pão de leite com margarina
<i>Colação</i>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<i>Almoço</i>	Arroz / Feijão Frango com tomate Salada de chuchu	Arroz / Feijão Carne suína com abóbora Salada de pepino	Arroz / Feijão Carne com pimentão verde Cenoura sauté	Arroz / Feijão Frango com abobrinha Salada de beterraba	Macarrão à bolonhesa Salada de alface
<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 batata Fruta	Sopa Canja Fruta	Sopa de legumes com frango Fruta	Arroz / Feijão Carne moída com mandioquinha Couve-manteiga refogada Fruta
<i>média semanal</i>	Calorias = 851 kcal Proteínas = 48 g Carboidratos = 113 g Lipídios = 27 g Ferro = 6 mg Cálcio= 409 mg Vitamina A = 648 mcg Vitamina C = 119 mg Fibras = 16 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 14 A 18/04					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite com cacau Pão de leite com margarina	Vitamina de abacate Biscoito salgado com margarina	Leite com cacau Biscoito salgado com margarina		
<i>Colação</i>	Fruta	Fruta	Fruta		
<i>Almoço</i>	Macarrão ao sugo com frango Salada de pepino	Arroz / Feijão Peixe com batata Salada de tomate	Arroz / Feijão Estrogonofe de carne Batata-doce sauté	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<i>Lanche da Tarde</i>	Mingau de aveia com maçã	Leite Bolo de cenoura	Leite Bolo de cacau		
<i>Jantar</i>	Arroz / Feijão Frango refogado Creme de milho Fruta	Sopa Canja Fruta	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta		
<i>média semanal</i>	Calorias = 974 kcal Proteínas = 49 g Carboidratos = 135 g Lipídios = 30 g Ferro = 6 mg Cálcio= 458 mg Vitamina A = 602 mcg Vitamina C = 78 mg Fibras = 16 g				

CARDÁPIO SEMANAL DE 21 A 25/04					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>		Mamão com leite*	Leite com cacau Biscoito salgado com margarina	Suco de laranja Ovo mexido	Leite com cacau Pão de leite com margarina
<i>Colação</i>		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<i>Almoço</i>	FERIADO	Arroz / Feijão Carne suína acebolada Salada de beterraba	Arroz / Feijão Carne com chuchu Purê de batata	Arroz / Feijão Frango com mandioquinha Salada de alface	Macarrão à bolonhesa Salada de brócolis
<i>Lanche da Tarde</i>		Leite com cacau Biscoito salgado com margarina	Mingau de aveia com maçã	Leite Banana com aveia	Leite Brownie de cacau
<i>Jantar</i>		Arroz / Feijão Carne suína com cenoura Fruta	Sopa de feijão com carne e macarrão Fruta	Sopa de legumes com frango Fruta	Arroz / Feijão Carne moída com vagem Fruta
<i>média semanal</i>	Calorias = 820 kcal Proteínas = 49 g Carboidratos = 109 g Lipídios = 24 g Ferro = 6 mg Cálcio= 410 mg Vitamina A = 475 mcg Vitamina C = 179 mg Fibras = 17 g				

CARDÁPIO DE 28 A 30/04					
	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª
<i>Desjejum</i>	Leite com cacau Pão de milho com margarina	Vitamina de maçã Biscoito salgado com margarina			
<i>Colação</i>	Fruta	Fruta			
<i>Almoço</i>	Macarrão ao sugo com frango Salada de pepino	Arroz / Feijão Peixe com tomate Salada de cenoura	PARADA PEDAGÓGICA		
<i>Lanche da Tarde</i>	Mingau de aveia com maçã	Leite com cacau Pão de coco com margarina			
<i>Jantar</i>	Arroz / Feijão Frango com batata Fruta	Sopa Canja Fruta			
<i>média semanal</i>	Calorias = 852 kcal Proteínas = 45 g Carboidratos = 114 g Lipídios = 26 g Ferro = 6 mg Cálcio= 436 mg Vitamina A = 581 mcg Vitamina C = 77 mg Fibras = 12 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)