



1ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Cuscuz de milho+ Filé de frango cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, abobora)	Risoto de carne bovina moída com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, cebola)	Pão seda com carne moída ao molho refogada + Suco polpa de acerola	Macaxeira + Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão) Café e Leite de vaca integral	Biscoito salgado + ACHOCOLATADO
SOBREMESA			ABACAXI	GOIABA	MANGA

2ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Mungunzá (milho, leite de coco, leite em pó, canela)	Farofa de cuscuz com sardinha e verduras (cebola, coentro, tomate, alho) Café com leite integral	Canja de filé de frango (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macarronada com sardinha OU Frango desfiado	Pão seda com carne moída ao molho refogada + Suco polpa de acerola
SOBREMESA			LARANJA	MELANCIA	MANGA

ANNE LAYNE ALCANTARA

Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- **Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.**





3ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Biscoito salgado + iogurte	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral + ovos mexidos Café com leite integral	Batata doce + Filé de frango ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Canja de galinha (coxa e sobrecoxa) + suco fruta in natura	Sopa de feijão com charque em cubos com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)
SOBREMESA			MAÇA	GOIABA	LARANJA

4ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Macarronada com sardinha OU Frango desfiado	Risoto de filé de frango em iscas ao molho com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Biscoito salgado + leite com cacau 50%	Pão seda com ovos mexidos ou queijo mussarela + suco de frutas natural	Sopa de macaxeira com charque OU frango
SOBREMESA			BANANA	MARACUJÁ	LARANJA

ANNE LAYNE ALCANTARA
Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- **Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.**





5ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Arroz doce com canela	Batata doce com carne de panela	Cuscuz de milho+ Filé de frango cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Sopa de feijão com charque em cubos com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Biscoito salgado + ACHOCOLATADO
SOBREMESA			MAÇA	LARANJA	MELANCIA

Composição nutricional (média diária)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mg)	VIT.C (mg)	CA (mg)	FE (mg)	MG (mg)	ZN (mg)	NA (mg)
	347	53,18	15,97	8,8	4,2	1220	31,13	102,1	3,5	62,4	4,11	312,5

ANNE LAYNE ALCANTARA
Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.



1ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Cuscuz umedecido com leite integral + peito de frango frito ou ovos mexidos Café com leite integral	Risoto de carne bovina moída com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, cebola)	Pão com ovos mexidos + café com leite integral	Sopa de feijão com charque, macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Mungunzá (milho, leite de coco, leite em pó, canela)

2ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Arroz de leite + Café com leite integral	Canja de (coxa e sobrecoxa) (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macarronada com sardinha + café com leite integral	Farofa de Cuscuz com sardinha e ovos e verduras e legumes (cebola, alho, cheiro verde, tomate, pimentão)	Biscoito rosquinha + Café com leite integral



ANNE LAYNE ALCANTARA

Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- **Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.**



3ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Arroz doce com canela em pó	Biscoito rosquinha + Café com leite	Risoto de filé de frango em iscas ao molho com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Mungunzá (milho, leite de coco, leite em pó, canela)	Batata doce + ovos mexidos Café com leite integral

4ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Biscoito salgado + achocolatado	Cuscuz de milho +Carne bovina moída com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Café com leite integral	Sopa de feijão com charque, macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Risoto de filé de frango em iscas ao molho com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macaxeira + Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde) Café e Leite de vaca integral

ANNE LAYNE ALCANTARA

Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- **Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.**



5ª semana

Dias / Semanas	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE	Biscoito rosquinha + Café com leite integral	FERIADO	Macarronada com sardinha + café com leite integral	Cuscuz umedecido com leite integral + peito de frango frito ou ovos mexidos Café com leite integral	Sopa de feijão com charque, macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)

Composição nutricional (média)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mg)	VIT.C (mg)	CA (mg)	FE (mg)	MG (mg)	ZN (mg)	NA (mg)
	360,28	62,83	17,90	8,9	4,45	1123	21,30	123,5	2,30	40,42	1,90	319,3

ANNE LAYNE ALCANTARA
Nutricionista da Educação | CRN6 19263

- Cardápio sujeito a alterações mediante a disponibilidade dos alimentos.