



SEMANA 1 e 3 – CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS -2024

CEI - CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL (Crianças bem pequenas 3 anos)

PERÍODO INTEGRAL



HORÁRIO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7h30	Café da manhã	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão com manteiga	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão com manteiga	Leite com chocolate Biscoito salgado
9h00	Lanche da manhã	Maçã fatias	Mamão pedaço	Banana pedaço	Mamão pedaço	Banana pedaço
10h30	Almoço	Arroz com feijão Omelete de forno com cenoura ralada Maçã fatias	Arroz com açafrão / feijão Picadinho carne com chuchu Salada tomate Banana pedaço	Arroz com feijão Pernil suíno acebolado Salada de beterraba cozida Laranja pedaço	Arroz com feijão Carne moída Salada de mandioquinha Mamão pedaço	Arroz com feijão Pernil desfiado Salada de batatas
13h30	Lanche da tarde	Leite c chocolate Biscoito Salgado	Suco de Laranja Bolo simples	Leite c chocolate Pão caseiro com Manteiga	Leite c chocolate Biscoito Salgado	13h00 Banana pedaço 14h30 Torta de carne moída com cenoura Suco de maçã natural
15h30	Jantar	Macarronada: macarrão parafuso ao molho de tomate, frango desfiado	Polenta com frango desfiado, tomate e cenoura	Sopa: macarrão ave maria, carne bovina cubos, batata e chuchu	Risoto: Arroz, frango desfiado, tomate e cenoura	
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
			953	158	35	22
			Cálcio mg	Ferro mg	Retinol mcg	Vit.C mg
			324	6	320	74

OBS 1: Cardápio sujeito à alteração de acordo com a disponibilidade de gêneros e safra.

OBS 2: Este cardápio poderá ser alterado pelo nutricionista de cada Unidade Escolar, caso haja necessidade.




Patricia Elaine Bellini
Nutricionista
CRN3 6396


Lucia Helena Cherezio Regnari
Presidente DAE
RG: 18.026.491-6