



SEMANA 2 – CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS
EMEI - ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL (4 anos até 5 anos)



PERÍODO INTEGRAL

HORÁRIO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7h30 / 8h00	Café da manhã	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Pão com manteiga	Leite com chocolate Bolo simples	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite batido com frutas e beterraba Biscoito salgado
9h00 / 9h30	Lanche da manhã	Maçã	Laranja	Banana	Mamão	Banana
11h00 / 11h30	Almoço	Arroz com feijão Ovos mexidos com cenoura ralada Banana	Arroz com açafrão / feijão Carne em cubos com chuchu Salada de Batatas com orégano Maçã	Arroz , Tutu de feijão Pernil suíno acebolado Salada de beterraba coz Banana	Arroz com feijão Carne bovina moída Salada de pepino Mamão	Arroz com feijão Pernil refogado com cenouras Salada repolho e tomate Maçã
13h00	Lanche da tarde	Maçã	Suco	iogurte	Maçã	Banana
15h00 / 15h30	Jantar	Polenta ao molho de tomates com frango e milho verde	Macarronada: Macarrão parafuso com molho de carne bovina, tomate e cenouras	Risoto: arroz, frango desfiado, tomate e cenoura	Sopa: macarrão de letrinha, feijão, carne bovina moída, abobrinha e tomate	Pão com patê de frango, cenoura, milho verde e orégano Suco
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			VALOR CALÓRICO kcal 1078	CARBOIDRATO g 180	PROTEÍNAS g 40	LIPÍDEOS g 24

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.




Patrícia Elaine Belini
Nutricionista
CRN3 6396


Lucía Helena Cherezio Legnari
Presidente CAE
RG: 18.026.491-6