



SEMANA 3 – 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 doce	Leite com chocolate Pão com manteiga	Leite com chocolate Bolo com aveia	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite batido com frutas e beterraba Biscoito salgado
9h00 / 9h30	Lanche da manhã	Maçã	Maçã	Banana	Mamão	Banana
11h00 / 11h30	Almoço	Arroz com feijão Omelete de forno com cenoura Salada de repolho com tomate Banana	Arroz com açafrão / feijão Carne bovina com chuchu Purê de batatas Suco	Arroz / feijão preto Farofa de Pernil suino acebolado Salada de tomate Banana	Arroz com feijão Carne bovina moída com cenoura Salada de pepino Mamão	Arroz com feijão Pernil acebolado Salada de Beterraba coz Maçã
13h00	Lanche da tarde	Maçã	Laranja	Laranja	Mingau de aveia em flocos	Banana
15h00 / 15h30	Jantar	Risoto ao molho de tomates com frango e milho verde	Polenta ao molho de tomates com carne bovina e cenoura	Macarronada: macarrão parafuso, ao molho de frango desfiado, tomate e cenoura	Sopa: macarrão Padre Nosso, feijão batido, carne moída, batata, abobrinha	Torta bovina de carne moída com cenoura, tomate e milho Suco
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
			1105	177	42	27

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 Belini
 Nutricionista
 CRN3 6396


 Lucia Helena Cherezo Lagnari
 Presidente CAE
 RG: 18.026.491-6