



SEMANA 4 - 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 simples	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 Ovos cozidos ao molho de tomates Cenoura ralada refogada Banana	Arroz com feijão Estrogonofe de Carne Salada repolho e cenoura Suco	Arroz com feijão Farofa de pernil suíno com cebolas Beterraba coz Banana	Arroz com feijão Carne moída com abobrinha Salada de pepino Mamão	Arroz com açafrão / feijão Pernil acebolado Purê de batatas Maçã
13h00	Lanche da tarde	Maçã	Laranja	iogurte	Maçã	Banana
15h00 / 15h30	Jantar	Risoto: Arroz, frango desfiado, tomate e cenoura	Sopa: carne bovina em cubos, arroz, batata, cenoura e chuchu	Sopa: macarrão de letrinha, frango desfiado, tomate e cenoura	Macarronada: Macarrão parafuso ao molho tomate com carne bovina moída	Pão caseiro com carne bovina moída, cenoura e milho Suco
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
			1054	175	40	23

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 Cherezid Legnari
Presidente CAE
RG: 18.026.491-6