

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR

Semana do dia 12/06/2023 A 16/06/2023

Média SEMANAL

	2º Feira 12/06	3ºFeira 13/06	4ºFeira 14/06	5º Feira 15/06	6º Feira 16/06	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de macarrão, caldo de feijão, carne em cubos, cenoura, batata e couve	Papa salgada de arroz, beterraba, caldo de feijão, cenoura e frango.	Papa macarrão, cenoura, frango, mandioquinha e abobrinha	Papa salgada amassada, de macarrão, gema de ovo, batata, tomate, cenoura e acelga.	Papa salgada amassada, arroz, carne moída, abóbora, abobrinha e repolho.	
Colação 11:30h	Papa de maçã	Suco de melancia	Papa de banana	Papa de pera	Papinha de mamão	
Jantar 14:00h	Papa arroz, feijão, frango e abobrinha	Papa macarrão, feijão, carne moída e cenoura	Papa arroz, feijão, carne em cubos e beterraba.	Papa macarrão, feijão, frango e abóbora.	Papa arroz, ovo, feijão e tomate.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil e biscoito	Fórmula Infantil e biscoito	Fórmula Infantil e biscoito	Fórmula Infantil e biscoito	Fórmula Infantil e biscoito	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	650,11	666,63	693,32	692,43	726,01	685,7
Carboidratos(g)	97,03	90,49	91,52	82,40	94,55	91,198
Proteínas (g)	25,12	28,32	36,65	33,75	32,72	31,712
Lipídeos (g)	17,95	21,26	19,18	25,32	24,10	21,562
Fibras (g)	7,12	9,43	9,43	8,42	8,09	8,498
Vitamina A (mcg)	970,49	337,94	1006,70	345,56	153,36	562,81
Vitamina C (mg)	82,87	62,32	115,08	59,83	28,38	69,69
Sódio (mg)	1124,83	1120,33	824,13	1174,51	1015,15	1051,79
Cálcio (mg)	176,63	284,69	386,61	176,18	179,71	240,80
Ferro (mg)	3,67	995,52	7,97	1241,09	59,52	461,554

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN: 46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR

Semana do dia 19/06/2023 A 23/06/2023

Média SEMANAL

	2º Feira 19/06	3ºFeira 20/06	4ºFeira 21/06	5º Feira 22/06	6º Feira 23/06	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa salgada amassada, de macarrão, feijão, carne moída, mandioca, cenoura e escarola.	Papa de macarrão com batata, feijão, frango, cenoura, abóbora e couve	Papa salgada amassada, de arroz, feijão, mandioquinha, carne desfiada, tomate e beterraba.	Papa salgada amassada de arroz, feijão, chuchu, frango desfiado, abobrinha e couve.	Papa salgada amassada de arroz, feijão, frango desfiado, chuchu e abobrinha.	
Colação 11:30h	Papinha de maçã	Suco de laranja	Papinha de mamão	Papinha de pera	Papinha de banana	
Jantar 14:00h	Papa arroz, feijão, frango e abobrinha	Papa macarrão, feijão, carne moída e cenoura	Papa arroz, feijão, ovos, chuchu e abóbora	Papa macarrão, feijão, carne moída, beterraba e couve.	Papa arroz, macarrão, feijão, carne desfiada, cenoura e beterraba.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	819,10	877,8	705,8	675,3	873,6	790,32
Carboidratos(g)	73,1	124,8	88,6	88,8	127,2	100,5
Proteínas (g)	31,4	43,4	36,0	30,1	31,7	34,52
Lipídeos (g)	27,4	23,3	23,3	22,8	27,1	24,78
Fibras (g)	6,8	5,3	9,2	7,1	7,1	7,1
Vitamina A (mcg)	4,1	0,9	1,5	1,5	3,0	2,2
Vitamina C (mg)	205,3	107,6	92,0	190,4	78,6	134,78
Sódio (mg)	369,9	367,4	470,9	469,0	478,4	431,12
Cálcio (mg)	445,8	433,7	428,0	427,5	423,2	431,64
Ferro (mg)	7,1	8,4	9,0	7,4	7,3	7,84

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR

Semana do dia 26/06/2023 A 30/06/2023

Média SEMANAL

	2º Feira 26/06	3ºFeira 27/06	4ºFeira 28/06	5º Feira 29/06	6º Feira 30/06	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de arroz, caldo de feijão, carne moída, chuchu e cenoura	Papa salgada de macarrão, feijão, ovo, mandioquinha, beterraba e chicória.	Papa salgada amassada de arroz, feijão, carne em cubos desfiada, abóbora, tomate e acelga.	Papa salgada amassada de macarrão, frango, feijão, batata e beterraba.	Papa salgada amassada, de macarrão, ovo, batata, feijão, chuchu, cenoura e repolho.	
Colação 11:30h	Papinha de mamão	Suco de laranja	Papinha de maça	Papinha de maça+banana	Suco de abacaxi	
Jantar 14:00h	Papa arroz, feijão, frango e abobrinha	Papa macarrão, feijão, carne moída, mandioquinha e tomate	Papa arroz, feijão, ovos, chuchu e abóbora	Papa arroz, feijão, carne moída, cenoura e couve.	Papa arroz, feijão, carne desfiada, tomate e chicória.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	955,0	860,8	827,9	787,7	743,3	834,94
Carboidratos(g)	147,6	128,4	118,5	109,1	109,8	122,68
Proteínas (g)	38,2	37,4	36,7	36,8	27,9	35,4
Lipídeos (g)	24,0	22,5	23,5	23,5	22,3	23,16
Fibras (g)	9,8	6,5	8,1	8,3	8,9	8,32
Vitamina A (mcg)	2,4	0,9	1,5	1,5	1,9	1,64
Vitamina C (mg)	93,4	196,4	2,5	76,8	64,4	86,7
Sódio (mg)	488,9	362,1	471,6	471,0	171,6	393,04
Cálcio (mg)	448,1	454,1	429,9	419,7	414,7	433,3
Ferro (mg)	8,6	8,3	8,9	9,0	7,4	8,44

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR

Semana do dia 03/07/2023 A 07/07/2023

Média SEMANAL

	2º Feira 03/07	3ºFeira 04/07	4ºFeira 05/07	5º Feira 06/07	6º Feira 07/07	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de arroz, feijão, carne moída, batata, cenoura e chuchu.	Papa de macarrão, frango, feijão, mandioquinha, beterraba, abobrinha e couve.	Papa de arroz, feijão, frango, batata, couve e abobrinha.	Papa de arroz, feijão, carne desfiada, beterraba, cenoura e abobrinha.	Papa de arroz, feijão, frango, mandioca, chuchu e escarola.	
Colação 11:30h	Suco de laranja com cenoura	Papinha de mamão+maça	Suco de abacaxi	Papinha de banana	Papinha de mamão	
Jantar 14:00h	Papa macarrão, feijão, ovo, abóbora e beterraba	Papa arroz, feijão, carne moída e cenoura	Papa macarrão, feijão, ovos, chuchu e abóbora	Papa macarrão, feijão, carne moída, beterraba e couve.	Papa arroz, macarrão, feijão, carne desfiada, cenoura e beterraba.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	743,3	776,6	592,6	820,4	803,4	747,26
Carboidratos(g)	43,8	99,4	67,3	126,3	124,7	92,3
Proteínas (g)	27,9	35,3	29,9	27,5	27,6	29,64
Lipídeos (g)	22,3	26,6	22,6	23,6	22,2	23,46
Fibras (g)	8,9	5,4	5,1	9,6	4,7	6,74
Vitamina A (mcg)	1,9	2,3	1,5	3,0	1,9	2,12
Vitamina C (mg)	64,4	67,8	84,4	53,1	80,7	70,08
Sódio (mg)	171,6	360,2	464,6	295,8	171,6	292,76
Cálcio (mg)	414,7	405,8	395,1	417,9	417,5	410,2
Ferro (mg)	7,4	7,6	7,0	7,2	7,5	7,34

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio **CRN:46038**

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR

Semana do dia 10/07/2023 A 14/07/2023

Média SEMANAL

	2º Feira 10/07	3ºFeira 11/07	4ºFeira 12/07	5º Feira 13/07	6º Feira 14/07	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de macarrão, carne moída, mandioca, cenoura e escarola.	Papa de arroz, carne em cubos, caldo de feijão, mandioca, chuchu e escarola	Papa de arroz, mandioquinha frango, tomate e beterraba.	Papa de macarrão, ovo, beterraba, cenoura e abobrinha.	Papa de carne desfiada, arroz, caldo de feijão, mandioca, beterraba e couve.	
Colação 11:30h	Suco de laranja com beterraba	Papinha de mamão	Suco de laranja e cenoura	Papinha de banana	Papa de pera	
Jantar 14:00h	Papa arroz, feijão, frango e abobrinha	Papa macarrão, feijão, carne ovo e cenoura	Papa macarrão, feijão, carne moída, chuchu e abóbora	Papa arroz, feijão, carne moída, beterraba e couve.	Papa macarrão, feijão, frango, cenoura e chuchu	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	819,1	877,8	705,8	742,0	743,3	777,6
Carboidratos(g)	113,5	124,8	88,6	105,8	109,8	108,5
Proteínas (g)	31,4	43,4	36,0	32,8	27,9	34,3
Lipídeos (g)	27,4	23,3	23,3	21,8	22,3	23,62
Fibras (g)	6,8	5,3	9,2	11,6	8,9	8,36
Vitamina A (mcg)	4,1	0,9	1,5	1,8	1,9	2,04
Vitamina C (mg)	205,3	107,6	92,0	59,9	64,4	105,84
Sódio (mg)	369,9	367,4	470,9	359,8	171,6	347,9
Cálcio (mg)	445,8	433,7	428,0	414,0	414,7	427,24
Ferro (mg)	7,1	8,4	9,0	7,7	7,4	7,92

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						Média SEMANTAL
CARDÁPIO – MATERNAL 12 MESES EM DIANTE E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR						
Semana do dia 12/06/2023 A 16/06/2023						
	2º Feira 12/06	3ºFeira 13/06	4ºFeira 14/06	5º Feira 15/06	6º Feira 16/06	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Biscoito doce Leite com cacau 70%	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Macarrão com molho de carne moída	Arroz e feijão Cuscuz de frango Salada: Chuchu Fruta: Mexerica	Arroz e feijão Escondidinho de carne moída Salda: Alface e tomate	Macarrão com molho de carne em cubos Fruta:Banana	Arroz e feijão Frango com batata Salada: Rúcula Fruta: Melancia	
Lanche 12:00h	Bolo de fubá Suco de laranja	Torta salgada de legumes Suco de abacaxi	Bolo de chocolate Suco de melancia	Bolo de banana, aveia e maçã.	Bolo de laranja Vitamina de banana, maçã e mamão.	
Jantar 15:30h	Arroz e feijão Empanado de peixe	Arroz e feijão Carne em cubos com mandioca Fruta: Mexerica	Risoto de frango e feijão Salada: Alface e tomate	Arroz e escondidinho de frango Salada: Repolho com cenoura Fruta: Banana	Macarrão com molho de carne moída Fruta: melancia	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	700,0	837,1	1003,7	988,5	952,9	896,4
Carboidratos(g)	122,8	128,1	126,0	122,0	116,0	122,98
Proteínas (g)	37,9	36,4	50,6	33,3	54,4	42,59
Lipídeos (g)	26,0	20,6	33,3	41,8	29,9	30,32
Fibras (g)	10,5	9,1	7,6	9,1	8,6	8,98
Vitamina A (mcg)	118,5	135,2	109,8	220,4	120,7	140,92
Vitamina C (mg)	10,0	27,3	60,5	44,3	16,6	31,74
Sódio (mg)	1561,9	790,3	798,8	1566,3	1492,7	1242
Cálcio (mg)	253,8	187,6	281,9	371,2	249,5	268,8
Ferro (mg)	3,2	6,9	5,9	4,2	4,3	4,9

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						Média SEMANAL
CARDÁPIO – MATERNAL 12 MESES EM DIANTE E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR						
Semana do dia 19/06/2023 A 23/06/2023						
	2º Feira 19/06	3ºFeira 20/06	4ºFeira 21/06	5º Feira 22/06	6º Feira 23/06	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Biscoito doce Leite com cacau 70%	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Macarrão com frango	Arroz e feijão Peixe com legumes Fruta: Mexerica	Macarrão com almondegas Fruta: Banana	Arroz e feijão Ovos coloridos Salada: Tomate, alface e pepino	Arroz e feijão Carne moída com batata e abobrinha Salada: Chicória Fruta: Maça	
Lanche 12:00h	Arroz doce	Torta Salgada Suco de abacaxi	Bolo Simples Vitamina de frutas	Torta de frango Suco de laranja	Salada de frutas	
Jantar 15:30h	Arroz e feijão Carne moída com batata	Arroz e feijão Strogonoff de carne Salada: Pepino com tomate Fruta: Mexerica	Arroz e feijão Frango desfiado ao molho e purê de batata Salada: Chicória Fruta: Banana	Macarrão com carne moída	Arroz e feijão Empanado de peixe Salada: Repolho Fruta: Maça	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	1100,8	996,2	920,4	798,2	826,5	928,42
Carboidratos (g)	157,3	133,1	126,8	122,2	107,4	129,36
Proteínas (g)	44,7	41,8	52,5	29,4	35,5	40,78
Lipídeos (g)	6,9	33,6	22,5	21,8	28,4	22,64
Fibras (g)	1,5	12,5	7,5	8,0	6,6	7,22
Vitamina A (mcg)	63,4	111,7	105,4	202,6	140,9	124,8
Vitamina C (mg)	32,2	18,4	12,4	32,2	15,8	22,2
Sódio (mg)	1227,1	1757,9	739,4	954,5	1350,5	1.205,88
Cálcio (mg)	198,6	305,3	246,8	403,7	239,5	278,78
Ferro (mg)	6,4	6,9	3,6	3,5	2,6	4,6

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE CARDAPIO – MATERNAL 12 MESES EM DIANTE E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR						Média SEMANAL
Semana do dia 26/06/2023 A 30/06/2023						
	2º Feira 26/06	3ºFeira 27/06	4ºFeira 28/06	5º Feira 29/06	6º Feira 30/06	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Biscoito doce Leite com cacau 70%	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Arroz e feijão Linguíça Assada com abóbora	Arroz Strogonoff de frango Salada: Pepino com tomate Fruta: Mexerica	Arroz e feijão Carne em cubos com mandioca Salada: Alface Fruta: Banana	FESTA JUNINA Cachorro quente Arroz doce Suco concentrado	Arroz com frango e feijão	
Lanche 12:00h	Bolo de fubá Suco de abacaxi	Torta de frango Suco de melancia	Bolo Laranja Vitamina de frutas	Macarrão com carne moída.	Bolo chocolate Suco de laranja	
Jantar 15:30h	Arroz e feijão Carne em cubos com BATATA	Arroz e feijão Ovos coloridos Salada: Rúcula mexerica	Arroz e feijão Peixe com legumes Fruta: Banana	FESTA JUNINA Cachorro quente Arroz doce Suco concentrado	Arroz e feijão Empanado de frango Salada: Alface e tomate	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	766,8	1018,5	655,9	1081,4	834,3	871,38
Carboidratos (g)	112,9	161,2	84,5	136,7	128,1	124,68
Proteínas (g)	34,7	41,0	21,5	52,9	38,7	37,76
Lipídeos (g)	20,8	24,3	26,6	36,4	18,6	25,34
Fibras (g)	12,7	10,1	4,9	9,5	7,8	9
Vitamina A (mcg)	68,0	71,7	274,9	87,0	82,8	116,88
Vitamina C (mg)	42,7	40,0	61,8	56,5	9,6	42,12
Sódio (mg)	965,9	1304,1	600,0	1476,8	1367,6	1.142,88
Cálcio (mg)	188,8	211,3	319,1	196,6	155,4	214,24

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglia CRN 46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – MATERNAL 12 MESES EM DIANTE E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR

Semana do dia 03/07/2023 A 07/07/2023

Média SEMANAL

	2º Feira 03/07	3ºFeira 04/07	4ºFeira 05/07	5º Feira 06/07	6º Feira 07/07	
Desjenu m 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Biscoito doce Leite com cacau 70%	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Arroz e feijão Carne moída com batata	Arroz e feijão Frango com legumes Salada: Acelga com pepino Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Purê de batata Carne moída com tomate Salada: Alface e tomate	Arroz e feijão Ovos coloridos Salada: Couve refogada Fruta: Mexerica	Risoto de frango e feijão Fruta: Banana	
Lanche 12:00h	Bolo de cenoura Suco de abacaxi	Torta salgada Suco de laranja	Bolo de chocolate Suco de melancia	Torta de frango Suco de abacaxi	Bolo pão de ló Vitamina de frutas	
Jantar 15:30h	Macarrão com frango	Arroz e escondidinho de frango Salada: Beterraba e cenoura Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Strogonoff de carne Salada: Alface e tomate	Macarrão com almondegas Fruta: Mexerica	Arroz e feijão Linguica Assada com batata Salada: Acelga Fruta: Banana	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	813,5	956,8	1017,9	938,2	1054,4	956,16
Carboidra tos(g)	127,3	114,0	142,3	147,3	131,2	132,42
Proteínas (g)	31,3	38,3	37,2	31,1	53,3	38,24
Lipídeos (g)	20,6	38,8	35,7	26,1	34,9	31,22
Fibras (g)	14,0	13,3	11,9	9,5	8,3	11,4
Vitamina A (mcg)	222,8	179,1	163,3	112,6	91,2	153,8
Vitamina C (mg)	35,8	30,9	54,7	50,5	13,2	37,02
Sódio (mg)	900,1	1285,8	1430,4	1292,4	1229,1	1.227,56
Cálcio (mg)	247,3	274,1	258,9	319,7	172,6	254,52
Ferro (mg)	8,7	5,6	5,6	4,8	6,2	6,18

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE CARDÁPIO – MATERNAL 12 MESES EM DIANTE E.M.E.I CELINA, ANA MARIA E NAIR Semana do dia 10/07/2023 A 14/07/2023						Média SEMANAL
	2º Feira 10/07	3ºFeira 11/07	4ºFeira 12/07	5º Feira 13/07	6º Feira 14/07	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Biscoito doce Leite com cacau 70%	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Arroz e feijão Strogonoff de carne Fruta: Mexerica	Macarrão com molho de almondega Fruta: Mamão	Arroz e feijão Quibe Assado Salada: Alface e tomate	Arroz e feijão Moqueca de peixe Salada: Pepino Fruta: Banana	Arroz e feijão Linguíça assada com batata Salada: Cenoura e beterraba	
Lanche 12:00h	Bolo de cenoura Suco de abacaxi	Torta salgada Suco de laranja	Bolo de chocolate Suco de melancia	Torta de frango Suco de abacaxi	Bolo pão de ló Vitamina de frutas	
Jantar 15:30h	Arroz e feijão Empanado de frango Salada: Alface e tomate	Arroz e feijão frango com batatas Chicória refogada	Arroz e feijão Carne em cubos com batata Salada: Pepino Fruta: Mamão	Macarrão alho e óleo Frango Assado Fruta: Banana	Arroz e feijão Carne moída com legumes Salada: Repolho com tomate Fruta: Mexerica	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	836,1	1.162,1	931,2	672,6	878,8	896,16
Carboidratos(g)	126,9	157,4	136,2	95,8	119,2	127,1
Proteínas (g)	41,4	42,6	36,8	38,3	42,9	40,4
Lipídeos (g)	19,1	41,6	27,3	16,0	25,7	25,94
Fibras (g)	16,3	10,0	8,1	12,4	10,2	11,4
Vitamina A (mcg)	101,4	179,9	191,9	74,6	120,4	133,64
Vitamina C (mg)	48,2	39,5	12,6	36,6	14,9	30,36
Sódio (mg)	914,3	1321,4	1.092,1	999,3	1557,1	1.176,84
Cálcio (mg)	315,8	272,3	399,4	177,5	270,4	287,08
Ferro (mg)	4,8	6,0	4,7	3,9	4,3	4,74

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

OBSERVAÇÕES:

* **Crianças de 3 a 5 meses:** apenas fórmula infantil Nestogeno 1 as 7h, 9:30h, 12h e 14:30h.

**As papinhas devem ser bem amassadas, as folhas devem ser refogadas antes de amassar.

*** CUIDADO com as consistências das carnes.

**** Os horários podem ser alterados conforme rotina das escolas.

Nutricionista Daniele Idro Sbroglio CRN: 46038