



SEMANA 1									
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA 1	
								CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA	
								BATATA DOCE REFOGADA COM ARROZ	
								MELANCIA	
SEMANA 2									
SEGUNDA 4		TERÇA 5		QUARTA 6		QUINTA 7		SEXTA 8	
ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA/SARDINHA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		PÃO FRANGO / CARNE BOVINA OU SALSICHA AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA * SUCO DE UVA ORGÂNICO (AGRICULTURA FAMILIAR)	
FRUTA		FRUTA		BANANA (* AGRICULTURA FAMILIAR)		FRUTA		FRUTA	
SEMANA 3									
SEGUNDA 11		TERÇA 12		QUARTA 13		QUINTA 14		SEXTA 15	
ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA * SUCO DE UVA ORGÂNICO (AGRICULTURA FAMILIAR)		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA	
FRUTA				BANANA (* AGRICULTURA FAMILIAR)		FRUTA		FRUTA	
SEMANA 4									
SEGUNDA 18		TERÇA 19		QUARTA 20		QUINTA 21		SEXTA 22	
ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSAS E CEBOLINHA		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
FRUTA		FRUTA		FRUTA					
SEMANA 5									
SEGUNDA 25		TERÇA 26		QUARTA 27		QUINTA 28		SEXTA 29	
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	

Cardápio elaborado considerando as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (2014)

Média Semanal da Composição Nutricional considerando 30% das Necessidades Diárias | Referência 19 - 60 anos

Calorias (Kcal)	%	Carboidrato (g)	%	Proteína (g)	%	Lipídio (g)	%
706,00	102%	122,00	69%	23,00	13%	14,00	18%