



SEMANA 1				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA 1
				BANANA
				CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA BATATA DOCE REFOGADA COM ALECRIM ARROZ
				MELANCIA
SEMANA 2				
SEGUNDA 4	TERÇA 5	QUARTA 6	QUINTA 7	SEXTA 8
* SUCO DE UVA ORGÂNICO (AGRICULTURA FAMILIAR) COM BISCOITO	BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA	BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA	FRUTA	BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA
ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA/SARDINHA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	PÃO FRANGO / CARNE BOVINA OU SALSICHA AO MOLHO TOMATE, SALSICA 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
BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA	FRUTA	BISCOITO E SUCO DE UVA ORGÂNICO (AGRICULTURA FAMILIAR)	BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA	BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA
ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA
FRUTA	FRUTA	BANANA (* AGRICULTURA FAMILIAR)	FRUTA	FRUTA
SEMANA 4				
SEGUNDA 18	TERÇA 19	QUARTA 20	QUINTA 21	SEXTA 22
BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA	BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA	BISCOITOS/PÃO/SUCO/LEITE CACAU/FRUTA		
ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA E CEBOLINHA	ARROZ OU POLENTA OU MACARRÃO OVOS OU FRANGO OU CARNE BOVINA LEGUMES OU FEIJÃO AO MOLHO TOMATE, SALSICA 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 de acordo com as recomendações da Resolução 06/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

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

Média Semanal da Composição Nutricional considerando 30% das Necessidades Diárias Referência Fundamental 6 - 10 anos							
Calorias (Kcal)	%	Carboidrato (g)	%	Proteína (g)	%	Lipídio (g)	%
536,00	108,70	80,00	60%	18,00	13%	16,00	27%

Jaqueline Carboneri Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Rebecca Vieira Silva
Rebecca Vieira Silva
Nutricionista - CRN-3060938/SP
UGM Educação Várzea Paulista

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3
29713