



ZONA URBANA

| SEGUNDA 3 | TERÇA 4 | QUARTA 5 | QUINTA 6 | SEXTA 7 |
|---|--|---|--|---|
| SUCO BISCOITO DOCE | LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA | MAÇÃ | SUCO BISCOITO SALGADO | BANANA |
| ARROZ FEIJÃO COM LOURO OVOS MEXIDOS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA CHUCHU E TOMATE | MACARRÃO AO MOLHO SUGO FRANGO EM TIRAS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA SALADA DE PEPINO E TOMATE | ARROZ CARNE MOÍDA E PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA ABÓBORA REFOGADA | ARROZ FEIJÃO COM LOURO PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA BATATA REFOGADA | RISOTO DE AÇAFRÃO FRANGO EM TIRAS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA CENOURA E VAGEM |
| MELÃO | MELANCIA | TANGERINA - AGRICULTURA FAMILIAR | MAMÃO | ABACAXI |
| SEGUNDA 10 | TERÇA 11 | QUARTA 12 | QUINTA 13 | SEXTA 14 - CARDÁPIO JUNINO |
| LEITE COM CACAU BISCOITO DOCE | SUCO PÃO COM REQUEIJÃO | BANANA | MELANCIA | BANANA |
| MACARRÃO À CARBONARA OVOS E PERNIL AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA CENOURA RALADA | ARROZ FEIJÃO COM LOURO CARNE BOVINA EM CUBOS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA ABÓBORA REFOGADA | ARROZ CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA BETERRABA REFOGADA CHEIRO VERDE | ARROZ FEIJÃO COM LOURO FRANGO EM TIRAS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA BATATA DOCE REFOGADA COM ALECRIM | PÃO SALSICHA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA SUCO DE UVA ORGÂNICO - AGRICULTURA FAMILIAR |
| MELANCIA | MAMÃO | TANGERINA - AGRICULTURA FAMILIAR | MELÃO | ESPIGA DE MILHO |
| SEGUNDA 17 | TERÇA 18 | QUARTA 19 | QUINTA 20 | SEXTA 21 |
| SUCO BISCOITO DOCE | LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA | BANANA | LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO | BANANA |
| ARROZ FEIJÃO COM LOURO OVOS MEXIDOS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA BETERRABA REFOGADA | MACARRÃO SARDINHA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA SALADA DE REPOLHO ROXO E REPOLHO BRANCO | ARROZ FEIJÃO PRETO COM LOURO PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA VIRADO DE ABOBRINHA | CANJA COM ARROZ FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA BATATA E ABÓBORA | ARROZ FEIJÃO COM LOURO CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA CHUCHU E CENOURA REFOGADO |
| MELÃO | MELANCIA | TANGERINA - AGRICULTURA FAMILIAR | MAÇÃ | MAMÃO |
| SEGUNDA 24 | TERÇA 25 | QUARTA 26 | QUINTA 27 | SEXTA 28 |
| LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO | SUCO PÃO COM REQUEIJÃO | BANANA | MAÇÃ | LEITE COM CACAU BISCOITO DOCE |
| MACARRÃO À CARBONARA OVOS E PERNIL AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA CENOURA RALADA | ARROZ FEIJÃO COM LOURO CARNE BOVINA EM CUBOS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA BATATA REFOGADA | ARROZ FEIJÃO COM LOURO PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA ABOBRINHA E CENOURA | RISOTO DE ALHO PORÓ CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA VAGEM E CENOURA | POLENTA AO SUGO FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ |
| MELANCIA | MELÃO | TANGERINA - AGRICULTURA FAMILIAR | MAMÃO | BANANADA SEM AÇÚCAR |
| Cardápio sujeito a alterações Elaborado de acordo com as recomendações da Resolução nº 06/2020 do FNDE e Guia Alimentar para a População Brasileira | | | | |
| Média Semanal da Composição Nutricional considerando 30% das Necessidades Diárias Referência Fundamental 6 a 10 anos | | | | |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LIP (g) 15% a 30% do VET |
| | 465 | 73 (g) - 63% | 16 (g) - 14% | 12 (g) - 23% |
| Qualidade do cardápio - Classificação IQCosan | | | | 78,25 (Adequado) |

Jaqueline Carboneri Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713

Rebeca Vieira Silva
Rebeca Vieira Silva
Nutricionista CRN3 60938