



SEGUNDA 3	TERÇA 4	QUARTA 5	QUINTA 6	SEXTA 7
	ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE EM CUBOS E CENOURA RALADA COUVE REFOGADA COM ALHO	ARROZ, LENTILHA CARNE DESFIADA SELETA DE MANDIOQUINHA COM ABÓBORA	MACARRÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE CENOURA REFOGADA COM COENTRO (POUCO)	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA ALFACE COM BETERRABA
	BANANA	MELÃO	ABACAXI	GOIABA
SEGUNDA 10	TERÇA 11	QUARTA 12	QUINTA 13	SEXTA 14
ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) ABOBRINHA REFOGADA	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS, CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO (TRIGO E LEITE) E CHEIRO VERDE	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) COM CENOURA COZIDA (EM PEDAÇOS GRANDES)	ARROZ QUIBE DE FORNO COM CENOURA RALADA E HORTELÃ MANDIOCA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM COUVE REFOGADA
MAÇÃ	MELÃO	ABACAXI	MAMÃO	MELANCIA
SEGUNDA 17	TERÇA 18	QUARTA 19	QUINTA 20	SEXTA 21
MACARRÃO FRANGO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE REPOLHO COLORIDO	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM CHEIRO VERDE BETERRABA REFOGADA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA E MANDIOQUINHA COZIDA	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO) BATATA ASSADA	ARROZ, FEIJÃO FÍGADO EM CUBOS SALADA DE ALFACE COM TOMATE
MAÇÃ	LARANJA	MELANCIA	ABACAXI	LARANJA
SEGUNDA 24	TERÇA 25	QUARTA 26	QUINTA 27	SEXTA 28
ARROZ CARNE MOÍDA COM TOMATE E ORÉGANO MANDIOQUINHA COM CENOURA	MACARRÃO PERNIL DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) BATATA REFOGADA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, BRÓCOLIS E CENOURA	ARROZ, FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM CENOURA E CHEIRO VERDE MANDIOCA REFOGADA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE SELETA DE CENOURA COM CHUCHU
ABACAXI	GOIABA	SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA, MELANCIA, MAMÃO, COM SUCO DE LARANJA)	MELANCIA	BROWNIE COM CALDA

Cardápio sujeito a alterações | Elaborado de acordo com as recomendações da Resolução nº 06/2020 do FNDE e Guia Alimentar para a População Brasileira

Composição nutricional média diária	Energia (Kcal)	Carboidratos (g) 55%- 65% _{VET}	Proteínas (g) 10%-15% _{VET}	Gorduras (g) 15%-30% _{VET}
		558	90,2	25,6

Qualidade do cardápio - Classificação IQCosan **87,3% (Adequado)**

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713

Rebeca Vieira Silva
Nutricionista CRN3 60938