



1º SEMANA		DESJEJUM 7:00 - 7:30	COLAÇÃO 9:00 - 09:30	ALMOÇO 10:00 - 11:00	ENTRADA 12:00 - 12:30	LANCHE 14:00 - 14:30	JANTAR 15:00 - 15:30
SEGUNDA	3						
TERÇA	4	BISCOITO DOCE SUCO	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM ISCAS SALADA DE BETERRABA	MELANCIA	BANANA	ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE EM CUBOS E CENOURA RALADA COUVE REFOGADA COM ALHO
QUARTA	5	MAÇÃ	MELÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL BATATA ASSADA	BISCOITO DOCE SUCO	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO CARNE DESFIADA SALADA DE BETERRABA
QUINTA	6	MELANCIA	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO COM ABÓBORA (COZIDO JUNTO COM FEIJÃO) OVOS MEXIDOS COM BRÓCOLIS E TOMATE	LEITE COM CACAU GELADO E BISCOITO DOCE	ABACAXI	MACARRÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO BRANCO CENOURA REFOGADA COM COENTRO
SEXTA	7	BANANA	GOIABA	ARROZ PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA) BATATA COZIDA	GOIABA	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA ALFACE COM BETERRABA

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA; **DESJEJUM, COLAÇÃO E ALMOÇO** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL MANHÃ (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **ENTRADA, LANCHE E JANTAR** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL TARDE (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **COLAÇÃO E LANCHE** PODERÃO, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDAS APÓS **ALMOÇO E JANTAR** RESPECTIVAMENTE.

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA MANHÃ	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - MANHÃ	
84,7% (Adequado)	

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA TARDE	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - TARDE	
85,0% (Adequado)	

Jaqueline Carboneri Brando
 Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
 Nutricionista CRN3 29713

Rebeca Vieira Silva
 Nutricionista CRN3 60938



2º SEMANA		DESJEJUM 7:00 - 7:30	COLAÇÃO 9:00 - 09:30	ALMOÇO 10:00 - 11:00	ENTRADA 12:00 - 12:30	LANCHE 14:00 - 14:30	JANTAR 15:00 - 15:30
SEGUNDA	10	MAÇÃ	ABACAXI	SOPA CANJA COM FRANGO, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA (CORTADOS EM CUBOS PEQUENOS)	MELANCIA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) ABOBRINHA REFOGADA
TERÇA	11	CUSCUZ COM OVO SUCO	GOIABA	ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE ALFACE COM PEPINO	BANANA	MELÃO	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS, CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO (TRIGO E LEITE) E CHEIRO VERDE
QUARTA	12	LEITE GELADO COM CACAU PÃO COM MARGARINA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO CARNE DESFIADA COM TOMATE E CENOURA SELETA DE CHUCHU COM BATATA	CUSCUZ COM OVO SUCO	ABACAXI	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) COM CENOURA COZIDA
QUINTA	13	MAMÃO	GOIABA	ARROZ, FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E PERNIL DESFIADO) VIRADINHO DE ABOBRINHA	LEITE GELADO COM CACAU PÃO COM MARGARINA	MAMÃO	ARROZ QUIBE DE FORNO COM CENOURA RALADA E HORTELÃ MANDIOCA
SEXTA	14	BANANA	MELANCIA	MACARRÃO TROPICAL FRANGO DESFIADO, TOMATE, CENOURA E ABOBRINHA E BRÓCOLIS	BANANA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM COUVE REFOGADA

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA; **DESJEJUM, COLAÇÃO E ALMOÇO** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL MANHÃ (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **ENTRADA, LANCHE E JANTAR** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL TARDE (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **COLAÇÃO E LANCHE** PODERÃO, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDAS APÓS **ALMOÇO E JANTAR** RESPECTIVAMENTE.

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA MANHÃ	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - MANHÃ	
84,7% (Adequado)	

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA TARDE	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - TARDE	
85,0% (Adequado)	

Jaqueline Carboneri Brando
 Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
 Nutricionista CRN3 29713

Rebeca Vieira Silva
 Nutricionista CRN3 60938



3º SEMANA		DESJEJUM 7:00 - 7:30	COLAÇÃO 9:00 - 09:30	ALMOÇO 10:00 - 11:00	ENTRADA 12:00 - 12:30	LANCHE 14:00 - 14:30	JANTAR 15:00 - 15:30
SEGUNDA	17	BISCOITO DOCE SUCO	MAMÃO	ARROZ CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) PURÊ DE ABÓBORA	BISCOITO DOCE SUCO	MAÇÃ	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE REPOLHO COLORIDO
TERÇA	18	BANANA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E ESPINAFRE CHUCHU REFOGADO	BANANA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM CHEIRO VERDE BETERRABA REFOGADA
QUARTA	19	LEITE GELADO COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	BANANA	ARROZ, FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM TOMATE ABÓBORA COM BRÓCOLIS	LEITE GELADO COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	MELANCIA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA E MANDIOQUINHA COZIDA
QUINTA	20	MELANCIA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM TOMATE SALADA DE PEPINO	MELÃO	ABACAXI	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO) BATATA ASSADA
SEXTA	21	BANANA	LARANJA	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA, BERINJELA E EXTRATO) CHUCHU REFOGADO	BANANA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO FÍGADO EM CUBOS SALADA DE ALFACE COM TOMATE

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA; **DESJEJUM, COLAÇÃO E ALMOÇO** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL MANHÃ (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **ENTRADA, LANCHE E JANTAR** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL TARDE (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **COLAÇÃO E LANCHE** PODERÃO, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDAS APÓS **ALMOÇO E JANTAR** RESPECTIVAMENTE.

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA MANHÃ	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - MANHÃ	
84,7% (Adequado)	

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA TARDE	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - TARDE	
85,0% (Adequado)	

Jaqueline Carboneri Brando
 Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
 Nutricionista CRN3 29713

Rebeca Vieira Silva
 Nutricionista CRN3 60938



4ª SEMANA		DESJEJUM 7:00 - 7:30	COLAÇÃO 9:00 - 09:30	ALMOÇO 10:00 - 11:00	ENTRADA 12:00 - 12:30	LANCHE 14:00 - 14:30	JANTAR 15:00 - 15:30
SEGUNDA	24	MELANCIA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM CENOURA E BATATA COZIDA (TIPO CARNE DE PANELA)	MELANCIA	ABACAXI	ARROZ CARNE MOÍDA COM TOMATE E ORÉGANO MANDIOQUINHA COM CENOURA
TERÇA	25	BANANA	GOIABA	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO) BATATA ASSADA	BANANA	GOIABA	MACARRÃO PERNIL DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) BATATA REFOGADA
QUARTA	26	BISCOITO SALGADO SUCO	SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA, MELANCIA, MAMÃO, COM SUCO DE LARANJA)	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE ACELGA	BISCOITO SALGADO SUCO	SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA, MELANCIA, MAMÃO, COM SUCO DE LARANJA)	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, BRÓCOLIS E CENOURA
QUINTA	27	LEITE GELADO COM CACAU PÃO COM MARGARINA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL EM CUBOS VIRADINHO DE ABOBRINHA	LEITE GELADO COM CACAU PÃO COM MARGARINA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM CENOURA E CHEIRO VERDE MANDIOCA REFOGADA
SEXTA	28	MAÇÃ	BROWNIE COM CALDA	POLENTA SOBRECOXA DE FRANGO AO MOLHO (TOMATE, ABÓBORA E EXTRATO) RÚCULA, ALFACE E TOMATE	MAÇÃ	BROWNIE COM CALDA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE SELETA DE CENOURA COM CHUCHU

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA; **DESJEJUM, COLAÇÃO E ALMOÇO** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL MANHÃ (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **ENTRADA, LANCHE E JANTAR** - REFEIÇÕES PERÍODO PARCIAL TARDE (30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS); **COLAÇÃO E LANCHE** PODERÃO, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDAS APÓS **ALMOÇO E JANTAR** RESPECTIVAMENTE.

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA MANHÃ	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - MANHÃ	
84,7% (Adequado)	

Composição nutricional média diária - PERÍODO DA TARDE	
Energia (kcal)	761,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	109,8
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	28,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	23,8

Qualidade do Cardápio - Classificação IQCosan - TARDE	
85,0% (Adequado)	

Jaqueline Carboneri Brando
 Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
 Nutricionista CRN3 29713

Rebeca Vieira Silva
 Nutricionista CRN3 60938