



SEGUNDA	TERÇA 1	QUARTA 2	QUINTA 3	SEXTA 4
	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE SELETA DE CENOURA COM CHUCHU	ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM ISCAS COM CENOURA E CHEIRO VERDE VIRADINHO DE ABOBRINHA	ARROZ QUIBE DE FORNO RECHEADO COM TOMATE E CENOURA BATATA ASSADA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM COUVE REFOGADA
	LARANJA	MAÇÃ	MAMÃO	MELANCIA

SEGUNDA 7	TERÇA 8	QUARTA 9	QUINTA 10	SEXTA 11
ARROZ PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE E CENOURA) COM MANDIOCA	ARROZ, FEIJÃO 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	ARROZ, FEIJÃO CARNE EM CUBOS COM CENOURA RALADA SALADA DE ALFACE COM BETERRABA
MAMÃO	BANANA	MELANCIA	ABACAXI	LARANJA

SEGUNDA 14	TERÇA 15	QUARTA 16	QUINTA	SEXTA
ARROZ, FEIJÃO CARNE DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) ABOBRINHA REFOGADA	PÃO CARNE MOÍDA COM MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SUCO NATURAL DE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA) BATATA COZIDA		
MELANCIA	PUDIM DE CACAU	SALADA DE FRUTAS (BAN., MAÇÃ, ABACAXI, MANGA)		

SEGUNDA	TERÇA 22	QUARTA 23	QUINTA 24	SEXTA 25
	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
	LARANJA	BANANA	MELÃO	BANANA

SEGUNDA 28	TERÇA 29	QUARTA 30	QUINTA	SEXTA
ARROZ CARNE MOÍDA COM TOMATE E ORÉGANO MANDIOQUINHA COM CENOURA	MACARRÃO PERNIL DESFIADO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) MANDIOCA REFOGADA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, BRÓCOLIS E CENOURA		
ABACAXI	BANANA	BOLO DE BANANA COM AVEIA E CALDA DE CACAU		

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 - PERÍODO PARCIAL NOITE

Energia (kcal)	600,8
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	92,1
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	22,7
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	16,5
Cálcio (mg)	89,0
Ferro (mg)	3,9
Vitamina A (mcg)	436,4
Vitamina C (mg)	47,3



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