



1º SEMANA		PERÍODO DA MANHÃ			PERÍODO DA TARDE		
		DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)	ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
SEGUNDA							
TERÇA	1	BANANA	POLENTA SOBRECOXA DE FRANGO AO MOLHO (TOMATE, ABÓBORA E EXTRATO)  SALADA MISTA (RÚCULA, ALFACE E TOMATE)	MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE  SELETA DE CENOURA COM CHUCHU	LARANJA
QUARTA	2	BISCOITO SALGADO SUCO	ARROZ, FEIJÃO PERNIL EM CUBOS COM TOMATE  PURÊ DE ABÓBORA	ABACAXI	BISCOITO SALGADO SUCO	ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM ISCAS COM CENOURA E CHEIRO VERDE  VIRADINHO DE ABOBRINHA	MAÇÃ
QUINTA	3	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E PERNIL DESFIADO)  MANDIOCA REFOGADA	MELÃO	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ QUIBE DE FORNO RECHEADO COM TOMATE E CENOURA  BATATA ASSADA	MAMÃO
SEXTA	4	MAÇÃ	MACARRÃO TROPICAL FRANGO DESFIADO, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, BRÓCOLIS E CHEIRO VERDE	BANANA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM  COUVE REFOGADA	MELANCIA

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS; **DESJEJUM, ALMOÇO** E **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; **ENTRADA, JANTAR** E **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL TARDE E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O **DESJEJUM** E **ALMOÇO** OU **ENTRADA** E **JANTAR**.



COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL MANHÃ	
Energia (kcal) .....	532,0
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	85,5
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,5
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,2
Cálcio (mg) .....	114,2
Ferro (mg) .....	3,0
Vitamina A (mcg) .....	145,7
Vitamina C (mg) .....	38,3

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal) .....	538,2
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	88,0
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,1
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,0
Cálcio (mg) .....	119,4
Ferro (mg) .....	3,3
Vitamina A (mcg) .....	308,4
Vitamina C (mg) .....	47,6

*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713



2º SEMANA		PERÍODO DA MANHÃ			PERÍODO DA TARDE		
		DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)	ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
SEGUNDA	7	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO CARNE EM CUBOS PEQUENOS AO MOLHO (EXTRATO, TOMATE, CENOURA E MANJERICÃO)  ABOBRINHA REFOGADA	LARANJA	MAÇÃ	ARROZ PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE E CENOURA) COM MANDIOCA	MAMÃO
TERÇA	8	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	MACARRÃO FRANGO DESFIADO COM TOMATE E VAGEM  SALADA DE BETERRABA COM CHEIRO VERDE	MELANCIA	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE EM CUBOS E CENOURA RALADA  COUVE REFOGADA COM ALHO	BANANA
QUARTA	9	BISCOITO SALGADO SUCO	ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL  BATATA ASSADA	MELÃO	BISCOITO SALGADO SUCO	ARROZ, LENTILHA CARNE DESFIADA  SELETA DE MANDIOQUINHA COM ABÓBORA	MELANCIA
QUINTA	10	CUSCUZ SUCO	ARROZ, FEIJÃO COM ABÓBORA (COZIDO JUNTO COM FEIJÃO)  OVOS MEXIDOS COM BRÓCOLIS E TOMATE	MELÃO	CUSCUZ SUCO	MACARRÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE  CENOURA REFOGADA COM COENTRO	ABACAXI
SEXTA	11	BANANA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM TOMATE  ABÓBORA COM BRÓCOLIS	MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO CARNE EM CUBOS COM CENOURA RALADA  SALADA DE ALFACE COM BETERRABA	LARANJA

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS; **DESJEJUM, ALMOÇO** E **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; **ENTRADA, JANTAR** E **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL TARDE E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O **DESJEJUM** E **ALMOÇO** OU **ENTRADA** E **JANTAR**.



COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL MANHÃ	
Energia (kcal) .....	538,0
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	85,5
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,5
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,2
Cálcio (mg) .....	114,2
Ferro (mg) .....	3,0
Vitamina A (mcg) .....	145,7
Vitamina C (mg) .....	38,3

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal) .....	538,2
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	88,0
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,1
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,0
Cálcio (mg) .....	119,4
Ferro (mg) .....	3,3
Vitamina A (mcg) .....	308,4
Vitamina C (mg) .....	47,6

*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713



3º SEMANA		PERÍODO DA MANHÃ			PERÍODO DA TARDE		
		DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)	ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
SEGUNDA	14	BISCOITO DOCE SUCO	SOPA CANJA COM FRANGO, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA (CORTADOS EM CUBOS PEQUENOS)	MAÇÃ	BISCOITO DOCE SUCO	ARROZ, FEIJÃO CARNE DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)  ABOBRINHA REFOGADA	MELANCIA
TERÇA	15	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA)  BATATA COZIDA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ, ABACAXI, MANGA)	MELANCIA	PÃO CARNE MOÍDA COM MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)  SUCO NATURAL DE MELANCIA	PUDIM DE CACAU
QUARTA	16	BANANA	PÃO CARNE MOÍDA COM MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)  SUCO NATURAL DE MELANCIA	PUDIM DE CACAU	BANANA	ARROZ, FEIJÃO PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA)  BATATA COZIDA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ, ABACAXI, MANGA)
QUINTA	17						
SEXTA	18						

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS; **DESJEJUM, ALMOÇO** E **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; **ENTRADA, JANTAR** E **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL TARDE E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O **DESJEJUM** E **ALMOÇO** OU **ENTRADA** E **JANTAR**.



COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL MANHÃ	
Energia (kcal) .....	532,0
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	85,5
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,5
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,2
Cálcio (mg) .....	114,2
Ferro (mg) .....	3,0
Vitamina A (mcg) .....	145,7
Vitamina C (mg) .....	38,3

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal) .....	538,2
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	88,0
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,1
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,0
Cálcio (mg) .....	119,4
Ferro (mg) .....	3,3
Vitamina A (mcg) .....	308,4
Vitamina C (mg) .....	47,6

*Jaqueline Carboneri Brando*  
 Jaqueline Carboneri Brando  
 Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
 Orlando Carola Neto  
 Nutricionista CRN3 29713



4º SEMANA		PERÍODO DA MANHÃ			PERÍODO DA TARDE		
		DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)	ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
SEGUNDA	21						
TERÇA	22	CUSCUZ SUCO	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA, BERINJELA E EXTRATO)  CHUCHU REFOGADO	MELÃO	CUSCUZ SUCO	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM CHEIRO VERDE  BETERRABA REFOGADA	LARANJA
QUARTA	23	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM TOMATE E CENOURA EM CUBOS  ABÓBORA COM BRÓCOLIS	BANANA	MELANCIA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA E MANDIOQUINHA COZIDA	BANANA
QUINTA	24	BISCOITO DOCE SUCO	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM TOMATE  SALADA DE PEPINO	ABACAXI	BISCOITO DOCE SUCO	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO)  BATATA ASSADA	MELÃO
SEXTA	25	BANANA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E ESPINAFRE  CHUCHU REFOGADO	LARANJA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO FÍGADO EM CUBOS  SALADA DE ALFACE COM TOMATE	BANANA

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS; **DESJEJUM, ALMOÇO** e **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; **ENTRADA, JANTAR** e **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL TARDE E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O **DESJEJUM** E **ALMOÇO** OU **ENTRADA** E **JANTAR**.



COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL MANHÃ	
Energia (kcal) .....	532,0
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	85,5
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,5
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,2
Cálcio (mg) .....	114,2
Ferro (mg) .....	3,0
Vitamina A (mcg) .....	145,7
Vitamina C (mg) .....	38,3

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal) .....	538,2
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	88,0
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,1
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,0
Cálcio (mg) .....	119,4
Ferro (mg) .....	3,3
Vitamina A (mcg) .....	308,4
Vitamina C (mg) .....	47,6

*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713



5ª SEMANA		PERÍODO DA MANHÃ			PERÍODO DA TARDE		
		DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)	ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
SEGUNDA	28	BANANA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL EM CUBOS COM CENOURA E BATATA COZIDA (TIPO CARNE DE PANELA)	MELANCIA	BANANA	ARROZ CARNE MOÍDA COM TOMATE E ORÉGANO  MANDIOQUINHA COM CENOURA	ABACAXI
TERÇA	29	LEITE COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO)  BATATA COZIDA	MELÃO	LEITE COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	MACARRÃO PERNIL DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)  MANDIOCA REFOGADA	BANANA
QUARTA	30	MAÇÃ	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)  SALADA DE ACELGA	BOLO DE BANANA COM AVEIA E CALDA DE CACAU	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, BRÓCOLIS E CENOURA	BOLO DE BANANA COM AVEIA E CALDA DE CACAU
QUINTA							
SEXTA							

OBSERVAÇÕES : CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS; **DESJEJUM, ALMOÇO** e **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; **ENTRADA, JANTAR** e **SOBREMESA** SÃO REFEIÇÕES DO PERÍODO PARCIAL TARDE E ATENDEM 30% DAS NECESSIDADES ENERGÉTICAS DIÁRIAS; SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O **DESJEJUM** E **ALMOÇO** OU **ENTRADA** E **JANTAR**.



COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL MANHÃ	
Energia (kcal) .....	532,0
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	85,5
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,5
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,2
Cálcio (mg) .....	114,2
Ferro (mg) .....	3,0
Vitamina A (mcg) .....	145,7
Vitamina C (mg) .....	38,3

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal) .....	538,2
Carboidratos (g) - 55 a 65% <sub>VET</sub> .....	88,0
Proteínas (g) - 10 a 15% <sub>VET</sub> .....	18,1
Gorduras (g) - 25 - 35% <sub>VET</sub> .....	14,0
Cálcio (mg) .....	119,4
Ferro (mg) .....	3,3
Vitamina A (mcg) .....	308,4
Vitamina C (mg) .....	47,6

*Jaqueline Carboneri Brando*  
 Jaqueline Carboneri Brando  
 Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
 Orlando Carola Neto  
 Nutricionista CRN3 29713