



SEGUNDA 2	TERÇA 3	QUARTA 4	QUINTA 5	SEXTA 6
ARROZ FRANGO EM CUBOS COM TOMATE, CENOURA E VAGEM EM CUBOS	ARROZ, FEIJÃO (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E CARNE EM CUBOS) VIRADINHO DE ABOBRINHA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE SELETA DE CHUCHU E MANDIOCA	ARROZ PERNIL EM ISCAS AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE ALFACE COM PEPINO	MACARRÃO CARNE MOÍDA COM MOLHO (TOMATE, CENOURA E ABÓBORA) SELETA DE ABOBRINHA E COUVE FLOR
ABACAXI	LARANJA	MELANCIA	BANANA	MAÇÃ
SEGUNDA 9	TERÇA 10	QUARTA 11	QUINTA 12	SEXTA 13
ARROZ CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA, BERINJELA E EXTRATO) PURÊ DE ABÓBORA	ARROZ FRANGO EM ISCAS AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) CHUCHU REFOGADO COM COENTRO	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM TOMATE SALADA DE PEPINO	ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM TOMATE SELETA DE ABÓBORA COM BRÓCOLIS	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E ESPINAFRE CHUCHU REFOGADO
MAMÃO	MELÃO	BANANA	ABACAXI	CAQUI
SEGUNDA 16	TERÇA 17	QUARTA 18	QUINTA 19	SEXTA 20
MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO COM MANJERICÃO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO EM CUBOS VIRADINHO DE ABOBRINHA	POLENTA SOBRECOXA DE FRANGO AO MOLHO (TOMATE, ABÓBORA, EXTRATO, QUIABO)		
LARANJA	MAÇÃ	ARROZ DOCE COM CRAVO E CANELA		
SEGUNDA 23	TERÇA 24	QUARTA 25	QUINTA 26	SEXTA 27
ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE E CENOURA) COM MANDIOCA	ARROZ, FEIJÃO PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA) BATATA COZIDA	ARROZ CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA SALADA DE ALFACE COM BETERRABA	MACARRÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO BRANCO, CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ALFACE COM TOMATE	ARROZ OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E TOMATE BATATA ASSADA COM ALECRIM
MELANCIA	MAÇÃ	MELÃO	GOIABA	MAMÃO
SEGUNDA 30	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL COM TOMATE E CENOURA RALADA BATATA SAUTÉ				
BOLO DE MILHO MOLHADINHO				

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)	614,8
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	89,9
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	24,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	18,0
Cálcio (mg)	76,1
Ferro (mg)	3,3
Vitamina A (mcg)	226,8
Vitamina C (mg)	49,8



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