



1ª 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	2	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO CARNE EM CUBOS AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) ABOBRINHA REFOGADA	MAÇÃ	MAÇÃ	ARROZ FRANGO EM CUBOS COM TOMATE, CENOURA E VAGEM EM CUBOS	ABACAXI
TERÇA	3	BANANA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO PERNIL EM CUBOS COM CENOURA RALADA E CHEIRO VERDE SALADA DE ALFACE	CAQUI	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E CARNE EM CUBOS) VIRADINHO DE ABOBRINHA	LARANJA
QUARTA	4	BISCOITO SALGADO SUCO	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (TOMATE, ABÓBORA E EXTRATO) COM CENOURA COZIDA (EM PEDAÇOS GRANDES)	MAMÃO	BISCOITO SALGADO SUCO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE SELETA DE CHUCHU E MANDIOCA	MELANCIA
QUINTA	5	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA) BATATA COZIDA	MELÃO	MAMÃO	ARROZ PERNIL EM ISCAS AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE ALFACE COM PEPINO	BANANA
SEXTA	6	BANANA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS COUVE REFOGADA	MELANCIA	BANANA	MACARRÃO CARNE MOÍDA COM MOLHO (TOMATE, CENOURA E ABÓBORA) SELETA DE ABOBRINHA E COUVE FLOR	MAÇÃ

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)	526,5
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	83,9
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,4
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	13,8
Cálcio (mg)	159,1
Ferro (mg)	3,4
Vitamina A (mcg)	196,8
Vitamina C (mg)	55,9

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal)	536,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	84,2
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	14,7
Cálcio (mg)	153,2
Ferro (mg)	3,3
Vitamina A (mcg)	187,9
Vitamina C (mg)	54,8

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



2ª 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	9	BISCOITO DOCE SUCO	ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM ISCAS AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE REPOLHO COLORIDO	MAÇÃ	BISCOITO DOCE SUCO	ARROZ CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA, BERINJELA E EXTRATO) PURÊ DE ABÓBORA	MAMÃO
TERÇA	10	FLOCOS DE MILHO COM LEITE E BANANA EM RODELAS	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM CHEIRO VERDE BETERRABA REFOGADA	LARANJA	FLOCOS DE MILHO COM LEITE E BANANA EM RODELAS	ARROZ FRANGO EM ISCAS AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) CHUCHU REFOGADO COM COENTRO	MELÃO
QUARTA	11	BANANA	MACARRÃO AO SUGO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) CARNE MOIDA COM VAGEM SALADA DE ALFACE	MELANCIA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM TOMATE SALADA DE PEPINO	BANANA
QUINTA	12	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE REPOLHETE	GOIABA	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO FRANGO EM CUBOS COM TOMATE SELETA DE ABÓBORA COM BRÓCOLIS	ABACAXI
SEXTA	13	LARANJA	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO) BATATA SAUTÉ	BANANA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E ESPINAFRE CHUCHU REFOGADO	CAQUI

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)	526,5
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	83,9
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,4
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	13,8
Cálcio (mg)	159,1
Ferro (mg)	3,4
Vitamina A (mcg)	196,8
Vitamina C (mg)	55,9

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal)	536,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	84,2
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	14,7
Cálcio (mg)	153,2
Ferro (mg)	3,3
Vitamina A (mcg)	187,9
Vitamina C (mg)	54,8

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



3ª 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	16	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM CENOURA E BATATA COZIDA (TIPO CARNE DE PANELA)	ABACAXI	MELANCIA	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO COM MANJERICÃO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) SALADA DE ALFACE	LARANJA
TERÇA	17	MAMÃO	ARROZ CARNE MOÍDA COM MOLHO (TOMATE, CENOURA, EXTRATO E MANDIOCA)	ARROZ DOCE COM CRAVO E CANELA	BANANA	ARROZ, FEIJÃO PERNIL ACEBOLADO EM CUBOS VIRADINHO DE ABOBRINHA	MAÇÃ
QUARTA	18	BISCOITO SALGADO SUCO NATURAL DE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E CHEIRO VERDE SALADA DE TOMATE COM CHUCHU	MELÃO	BISCOITO SALGADO SUCO NATURAL DE MELANCIA	POLENTA SOBRECOXA DE FRANGO AO MOLHO (TOMATE, ABÓBORA, EXTRATO, QUIABO)	ARROZ DOCE COM CRAVO E CANELA
QUINTA	19						
SEXTA	20						

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)	526,5
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	83,9
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,4
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	13,8
Cálcio (mg)	159,1
Ferro (mg)	3,4
Vitamina A (mcg)	196,8
Vitamina C (mg)	55,9

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal)	536,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	84,2
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	14,7
Cálcio (mg)	153,2
Ferro (mg)	3,3
Vitamina A (mcg)	187,9
Vitamina C (mg)	54,8

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



4ª 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	23	MELÃO	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (EXTRATO, TOMATE, CENOURA E MANJERICÃO) ABOBRINHA REFOGADA	MAMÃO	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE E CENOURA) COM MANDIOCA	MELANCIA
TERÇA	24	TORTA PIZZA (TOMATE E ORÉGANO)	ARROZ DE FORNO FRANGO DESFIADO, CENOURA, TOMATE E VAGEM (COM MOLHO BRANCO)	MELÃO	TORTA PIZZA (TOMATE E ORÉGANO)	ARROZ, FEIJÃO PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA) BATATA COZIDA	MAÇÃ
QUARTA	25	MELANCIA	ARROZ, FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E PERNIL RM CUBOS) VIRADINHO DE COUVE	LARANJA	LEITE COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	ARROZ CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA SALADA DE ALFACE COM BETERRABA	MELÃO
QUINTA	26	LEITE COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	ARROZ, FEIJÃO COM BETERRABA (COZIDO JUNTO COM FEIJÃO) OVOS MEXIDOS COM BRÓCOLIS E TOMATE	ABACAXI	MAMÃO	MACARRÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO BRANCO, CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ALFACE COM TOMATE	GOIABA
SEXTA	27	BANANA	ARROZ, LENTILHA CARNE EM CUBOS COM CHEIRO VERDE PURÊ DE ABÓBORA COM CENOURA	BOLO DE MILHO MOLHADINHO	BANANA	ARROZ OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E TOMATE BATATA ASSADA COM ALECRIM	MAMÃO

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)	526,5
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	83,9
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,4
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	13,8
Cálcio (mg)	159,1
Ferro (mg)	3,4
Vitamina A (mcg)	196,8
Vitamina C (mg)	55,9

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal)	536,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	84,2
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	14,7
Cálcio (mg)	153,2
Ferro (mg)	3,3
Vitamina A (mcg)	187,9
Vitamina C (mg)	54,8

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

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	30	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM CENOURA E CHEIRO VERDE MANDIOCA REFOGADA	LARANJA	MAÇÃ	ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL COM TOMATE E CENOURA RALADA BATATA SAUTÉ	BOLO DE MILHO MOLHADINHO
TERÇA							
QUARTA							
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)	526,5
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	83,9
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,4
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	13,8
Cálcio (mg)	159,1
Ferro (mg)	3,4
Vitamina A (mcg)	196,8
Vitamina C (mg)	55,9

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DIÁRIA - PERÍODO PARCIAL TARDE	
Energia (kcal)	536,4
Carboidratos (g) - 55 a 65% _{VET}	84,2
Proteínas (g) - 10 a 15% _{VET}	19,5
Gorduras (g) - 25 - 35% _{VET}	14,7
Cálcio (mg)	153,2
Ferro (mg)	3,3
Vitamina A (mcg)	187,9
Vitamina C (mg)	54,8

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713