



SEGUNDA 3	TERÇA 4	QUARTA 5	QUINTA 6	SEXTA 7
ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) ISCAS DE FRANGO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BATATA SAUTÊ	ARROZ CARNE MOÍDA (com berinjela) AO MOLHO (tomate, extrato, cenoura) CHUCHU REFOGADO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SELETA DE CHUCHU COM CENOURA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE ABOBRINHA (ralada)
PERA	LARANJA	MAMÃO	MAÇÃ	MAMÃO
SEGUNDA 10	TERÇA 11	QUARTA 12	QUINTA 13	SEXTA 14
ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) FÍGADO ACEBOLADO VIRADINHO DE COUVE	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS (dourados no forno), CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	ARROZ ESCONDIDINHO DE FRANGO (frango desfiado com creme de milho sob purê de batatas) SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJÃO (pernil desfiado, purê de abóbora) REPOLHETE (tomate, repolho e cheiro verde)
ABACAXI	PERA	MELANCIA	BANANA AGRICULTURA FAMILIAR	MELÃO
SEGUNDA 17	TERÇA 18	QUARTA 19	QUINTA 20	SEXTA 21
ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO PURÊ DE ABÓBORA	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA (bem picadinha)	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura) SALADA DE REPOLHO BRANCO
MELÃO	MAMÃO	BANANA AGRICULTURA FAMILIAR	MELANCIA	LARANJA
SEGUNDA 24	TERÇA 25	QUARTA 26	QUINTA 27	SEXTA 28
ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE ALFACE COM PEPINO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE PERNIL BATATA SAUTÊ	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) CARNE DE PANELA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) ABOBRINHA REFOGADA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM ORÉGANO E TOMATE CONFITADO COXA/SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA	ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola) SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO
PERA	BANANA AGRICULTURA FAMILIAR	MAMÃO	LARANJA	BOLO DE CENOURA
SEGUNDA 31				
ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE MANDIOCA COZIDA				
ABACAXI				

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ANTES DA REFEIÇÃO.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL NOITE

Valor energético 694,1 kcal · Carboidratos 111,3 g · Proteínas 21,0 g · Gorduras totais 18,8 g · Cálcio 138,5 mg · Ferro 4,3 g · Vitamina A 215,9 mcg · Vitamina C 100,1 mg.



Jaqueline Carboneri Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713