

		31/07 (Segunda-feira)	01/08 (Terça-feira)	02/08 (Quarta-feira)	03/08 (Quinta-feira)	04/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Maçã	Vitamina de abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Vitamina de banana Pão de forma com requeijão	Leite com cacau Biscoito cream cracker			Leite com cacau Pão hot dog com margarina
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa / Salada de acelga com cenoura / Laranja	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Melão	Arroz, Feijão Carne moída Chuchu e cenoura refogados Mamão	Macarrão ao alho e óleo Frango com abóbora Salada de alface com tomate Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abobrinha Repolho refogado Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de legumes com frango	Vitamina de mamão Banana
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Bolinho		Leite com cacau Pão de forma com requeijão		Iogurte de morango Banana
JANTAR (15:00h)	Todos	Sopa de legumes com frango (macarrão de sopa, abóbora, batata doce e chuchu) Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho com tomate Laranja	Sopa de feijão com c. cubos (macarrão de sopa, batata, cenoura e chuchu) Banana	Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada de acelga Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de alface com cenoura ralada / Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	Creche - MAÇÃ Pré - Doce	MEXERICA	KIWI	MEXERICA	BANANA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		432	68	18	10	213	29	160	3
		Tarde		373	59	13	9	201	33	114	2
		Integral		806	126	33	19	352	87	298	5
	4 e 5 anos	Manhã		538	54	24	12	UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina e Tocantins: Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.			
		Tarde		500	79	20	12				
		Integral		1014	162	43	22				

		07/08 (Segunda-feira)	08/08 (Terça-feira)	09/08 (Quarta-feira)	10/08 (Quinta-feira)	11/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Bolo	Vitamina de banana Maçã	Vitamina de mamão Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com requeijão			Iogurte Banana	Leite com cacau Biscoito maisena
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Atum com cebola e tomate Salada de batata / Laranja	Arroz, Feijão Estrogonofe de frango com cenoura / Salada de tomate Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos Virado de couve Banana	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de escarola com beterraba ralada / Melancia	Arroz, Feijão Carne moída Purê de batata Laranja
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva Banana
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Vitamina de abacate Biscoito cream cracker	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	
JANTAR (15:00h)	Todos	Sopa de legumes com frango (macarrão de sopa, cenoura, mandioca e chuchu) Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com ervilha e milho Salada de repolho / Maçã	Sopa de legumes com carne em cubos (batata, cenoura, chuchu, macarrão de sopa) Melão	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de escarola com cenoura / Mamão
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	MEXERICA	MAÇÃ	PERA	BANANA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		406	59	19	11	169	36	160	5
		Tarde		337	52	12	9	222	47	144	1
		Integral		718	109	31	18	371	82	293	4
	4 e 5 anos	Manhã		529	78	24	13	<b>UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina e Tocantins:</b> Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.			
		Tarde		437	68	16	11				
		Integral		940	145	41	22				

		14/08 (Segunda-feira)	15/08 (Terça-feira)	16/08 (Quarta-feira)	17/08 (Quinta-feira)	18/08 (Sexta-feira)		
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga		
	Inf. 4 e 5			Vitamina de banana Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Biscoito cream cracker	Suco de manga Bolinho de chocolate		
ALMOÇO (10:00h)	Inf. 1 ao 3			Arroz, Feijão Omelete com cenoura Salada de acelga com tomate / Laranja	Arroz, Feijão Carne moída Purê de batata / Melancia	Macarrão Frango desfiado ao molho Salada de repolho com tomate Banana		
	Inf. 4 e 5							
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3					Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5					Suco de manga Bolinho de chocolate	Vitamina de banana Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Biscoito cream cracker
JANTAR (15:00h)	Inf. 1 ao 3					Sopa de feijão com frango (macarrão de sopa, cenoura, chuchu, batata) Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne desfiada ao molho Salada de repolho c/ beterraba Maçã	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja
	Inf. 4 e 5							
LANCHE DA SAÍDA	Todos					Creche - MAÇÃ Pré - Doce	BANANA	MEXERICA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		264	40	11	7	107	19	106	1
		Tarde		219	37	8	4	77	6	75	1
		Integral		467	76	19	10	173	25	175	3
	4 e 5 anos	Manhã		347	53	14	8	<b>UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina e Tocantins:</b> Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.			
		Tarde		315	53	11	7				
		Integral		642	105	26	13				

		21/08 (Segunda-feira)	22/08 (Terça-feira)	23/08 (Quarta-feira)	24/08 (Quinta-feira)	25/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate Banana	Suco de melancia Torta de legumes com frango	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma com requeijão			Leite com cacau Bolinho
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate / Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com chuchu Salada de beterraba cozida Melancia	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne em moída ao molho Salada de repolho com cenoura Melão	Arroz, Feijão Frango com batata doce Salada de alface Banana
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de mamão Banana	Suco de manga Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão hot dog com margarina			Leite com cacau Biscoito maisena	Vitamina de banana Pão de forma com requeijão
JANTAR (15:00h)	Todos	Sopa de feijão com carne em cubos (macarrão de sopa, abóbora, chuchu, batata) Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de repolho com tomate Laranja	Sopa de legumes com frango (macarrão de sopa, mandioca, cenoura e abobrinha) Banana	Arroz, Feijão Carne desfiada ao molho Purê de batata Maçã	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de acelga c/ beterraba Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	BANANA	KIWI	MEXERICA	BANANA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		374	58	16	9	166	22	149	2
		Tarde		439	60	18	14	321	44	306	1
		Integral		757	108	34	21	489	62	407	4
	4 e 5 anos	Manhã		531	77	26	13	UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina e Tocantins: Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.			
		Tarde		447	63	16	11				
		Integral		987	153	43	22				

		28/08 (Segunda-feira)	29/08 (Terça-feira)	30/08 (Quarta-feira)	31/08 (Quinta-feira)	01/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Vitamina de mamão Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Suco de manga Pão hot dog com requeijão			Iogurte Biscoito maisena
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Atum com cebola e tomate Salada de batata / Laranja	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos Virado de couve Banana	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de escarola com beterraba ralada / Melancia	Arroz, Feijão Carne moída Purê de batata Laranja
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana Maçã	Suco de melancia Bolo	Vitamina de abacate Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva Banana
	Inf. 4 e 5			Vitamina de abacate Biscoito cream cracker	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Estrogonofe de frango com cenoura Salada de tomate Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com abobrinha Salada de repolho / Maçã	Sopa de legumes com carne em cubos (batata, cenoura, chuchu, macarrão de sopa) Melão	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de acelga com tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho Salada de escarola com cenoura / Mamão
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	MEXERICA	MAÇÃ	PERA	BANANA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã		415	66	17	9	261	24	164	3
		Tarde		370	60	12	9	189	93	118	1
		Integral		777	128	29	17	477	116	275	4
	4 e 5 anos	Manhã		536	83	24	12	<b>UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina e Tocantins:</b> Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.			
		Tarde		498	78	22	12				
		Integral		1010	163	43	21				

**Observação:** Crianças menores de 02 anos NÃO devem consumir nenhuma preparação com açúcar.

Suzana Ruth Vieira da Silva  
CRN-3 21934  
Nutricionista - SAE

Shirley Lopes Fernandes da Silva  
CRN-3 16607  
Nutricionista Bonizzoni

