

		03/06/2024 (Segunda-feira)	04/06/2024 (Terça-feira)	05/06/2024 (Quarta-feira)	06/06/2024 (Quarta-feira)	07/06/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Vitamina de banana e maçã Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Pão de queijo
	Fund.	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de goiaba Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de repolho roxo Caqui	Arroz, Feijão Frango desfiado com molho Polenta Melão	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Melancia	Fund: Arroz, Feijão Creche: Macarrão ao Sugo Carne moída Sal. de feijão fradinho e tomate Fund: Suco de manga Creche: Creme (inhame c/ manga)
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Suco de melancia Biscoito de polvilho	Vitamina de banana e abacate Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de legumes com c. moída	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.	Vitamina de banana Biscoito rosquinha		Mingau de cacau	Iogurte de morango Maçã	Vitamina de mamão Biscoito Cream Cracker
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão a alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho c/beterraba Melancia	Arroz, Creche: Feijão Atum com batata e cenoura Laranja	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Melão	Arroz Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Banana	Fund: Macarrão ao sugo Creche: Arroz, Feijão Frango com berinjela Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	PERA	BANANA	MEXERICA	Suco de uva (Agricultura Familiar)

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)
	6 a 10 anos	Integral	1124	156	46	34				

		10/06/2024 (Segunda-feira)	11/06/2024 (Terça-feira)	12/06/2024 (Quarta-feira)	13/06/2024 (Quinta-feira)	14/06/2024 (Quinta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3	Suco de manga Biscoito de polvilho	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e maçã Mamão	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com margarina	Suco de uva Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de escarola com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado com milho Salada de alface Melão	Arroz, Feijão Pernil com batata Salada de repolho Banana	Fund: Arroz, Feijão Creche: Macarrão ao alho e óleo Atum ao molho com cenoura Salada de grão de bico com tomate Maçã	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Purê de batata Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Pão de queijo	Vitamina de banana e abacate Maçã
	Fund.	Vitamina de banana Maçã	Suco de abacaxi Bolo	Mingau de maisena	Leite com cacau Biscoito maisena	
JANTAR (15:00h)	Todos	Sopa de feijão com legumes e carne (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de pepino com tomate Laranja	Sopa de legumes e frango (batata, abóbora, chuchu e macarrão de sopa) Maçã	Arroz, Creche: Feijão Carne em cubos ao molho Polenta Banana	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de repolho c/beterraba Fund: Suco de manga Creche: Creme (inhame com manga)
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	PERA	BANANA	CARAMBOLA	Doce de banana (sem açúcar)

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)
	6 a 10 anos	Integral	1026	136	28	22				

		17/06/2024 (Segunda-feira)	18/06/2024 (Terça-feira)	19/06/2024 (Quarta-feira)	20/06/2024 (Quinta-feira)	21/06/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Vitamina de banana e abacate Banana	Bolo de milho e mandioca, Cuscuz paulista, Pinhão, Milho verde / Suco de uva (Agricultura Familiar)	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Leite com café Pão hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com requeijão	Suco de abacaxi Pão de forma integral com manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de escarola c/ cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos Salada de alface e beterraba Melão	Arroz, Feijão Atum ao molho Purê de batata Maçã	Fund: Arroz, Feijão Carne moída com abobrinha Mexerica Creche: Caldo verde com pernil Doce de abobora e Canjica	Arroz, Feijão Frango desfiado Salada de acelga Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Bolo de milho e mandioca, Cuscuz paulista, Pinhão, Milho verde / Suco de uva (Agricultura Familiar)	Suco de manga Torta de c. moída com legumes
	Fund.	Vitamina de banana e mamão Biscoito Cream Cracker	Iogurte de morango Maçã	Arroz doce com canela	Suco de maracujá Cuscuz paulista de frango	Suco de melancia Pipoca e Bolo de milho
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e tomate Melancia	Arroz, Creche: Feijão Frango com abóbora Caqui	Sopa de feijão com legumes e frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Banana	Fund: Caldo Verde com pernil e calabresa / pão Banana Creche: Caldo verde com pernil Doce de abobora e Canjica	Fund: Suco natural de maracujá Pão hot dog com salsicha ao molho com batata palha Creche: Macarrão ao alho e óleo com Brócolis / Carne desfiada ao molho / Salada de feijão branco com cenoura / Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	GOIABA	BANANA	Creche: Doce da banana (sem açúcar) Pré: Paçoca	Suco de laranja (Agricultura Familiar)

* Bolo de chocolate sem açúcar, adoçado com uva passa e tâmara (p/ alunos menores de 2 anos) e cobertura de banana com leite em pó e cacau

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)
		6 a 10 anos	Integral	1148	170	45	32			

		24/06/2024 (Segunda-feira)	25/06/2024 (Terça-feira)	26/06/2024 (Quarta-feira)	27/06/2024 (Quinta-feira)	28/06/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Vitamina de banana com mamão Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja (Agricultura familiar) Mini pizza de queijo com tomate
	Fund.	Suco de manga Pão de forma com manteiga	Suco de uva Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Salada de repolho roxo Melão	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de alface Banana	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de Couve Laranja	Fund: Arroz, Feijão Creche: Macarrão ao sugo Carne em cubos com cenoura Salada de repolho Fund: Melancia Creche: *Bolo de cacau
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Vitamina de banana e maçã Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de frango com legumes	Suco de laranja (Agricultura familiar) Mini pizza de queijo com tomate
	Fund.		Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de abacate Banana	Mingau de aveia	Suco de laranja (Agricultura Familiar) Bolo com cobertura de brigadeiro
JANTAR (15:00h)	Todos	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de beterraba Melancia	Arroz com cenoura, Creche: Feijão Atum com batata, pimentão e tomate Maçã	Sopa de legumes com carne (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) / Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de soja com tomate Melão	Arroz, Creche: Feijão Frango desfiado ao molho Purê de batata Fund: Maçã Creche: *Bolo de cacau
LANCHE DA SAIDA	Todos	MAÇÃ	PERA	BANANA	CARAMBOLA	Doce de banana (sem açúcar)

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)
	6 a 10 anos	Integral	1090	156	40	34				

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 BRAS FOOD