

		01/07/2024(Segunda-feira)	02/07/2024 (Terça-feira)	03/07/2024 (Quarta-feira)	04/07/2024 (Quinta-feira)	05/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de manga Biscoito de polvilho	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e maçã Banana	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma com manteiga			Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de alface com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de grão de bico Melão	Arroz, Feijão Frango desfiado Creme de milho Melancia	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Creme de manga (c/inhame)	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha Salada de tomate Banana
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Pão de queijo	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão		Leite com cacau Pão de forma com manteiga		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão a alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho c/beterraba Melancia	Arroz, Feijão Peixe com batata Banana	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	Arroz Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Melão	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Salada de repolho com cenoura Manga
LANCHE DA SAÍDA	Todos	GOIABA	MAÇÃ	BANANA	PERA	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		352,00	49	14	11	248,00	51,00	44,00	5,00
		Tarde		337,00	48	13	11	187,00	44,00	94	3,00
		Integral		662,00	95	26	20	415,00	94,00	223,00	8,00
	4 e 5 anos	Manhã		590,00	86	25	16	UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina, Tocantins e VI. São José: Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.			
		Tarde		532,00	80	21	14				
Integral			1110,00	168	48	23					

		08/07/2024 (Segunda-feira)	09/07/2024(Terça-feira)	10/07/2024 (Quarta-feira)	11/07/2024 (Quinta-feira)	12/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5			Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão		Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos			Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Arroz, Feijão Peixe ao molho Batata e Cenoura refogados Maçã	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Purê de batata Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3			Suco de melancia Bolo de banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã
	Inf. 4 e 5				Leite com cacau Pão de forma com manteiga	
JANTAR (15:00h)	Todos			Sopa de feijão com legumes e carne (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com Polenta Salada de alface Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de feijão fradinho com cenoura ralada / Laranja
LANCHE DA SAÍDA	Todos	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	MAÇÃ		

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	330,00	46	13	10	351,00	84,00	211,00	4,00	
		Tarde	346,00	53	11	10	401,00	74,00	215,00	4,00	
		Integral	633,00	94	23	18	732,00	154,00	413,00	8,00	
	4 e 5 anos	Manhã	534,20	83	24	12	UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina, Tocantins e VI. São José: Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.				
		Tarde	500,46	78	22	11					
		Integral	1031,80	163	44	22					

		22/07/2024 (Segunda-feira)	23/07/2024 (Terça-feira)	24/07/2024 (Quarta-feira)	25/07/2024 (Quinta-feira)	26/07/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Pão de queijo	Vitamina de banana Maçã	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com manteiga				Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de alface com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de acelga Melão	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao molho Frango desfiado Salada de pepino Manga	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Purê de batata Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de manga Bolo de banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes
	Inf. 4 e 5			Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão a alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho com cenoura ralada / Melancia	Risoto (frango, cenoura, ervilha e milho) Salada de tomate Maçã	Sopa de feijão com legumes e frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Banana	Arroz, Feijão Carne em cubos com Polenta Salada de alface Melão	Macarrão ao alho e óleo Peixe ao molho Salada de feijão branco com cenoura ralada / Pera
LANCHE DA SAÍDA	Todos	CARAMBOLA	Creche: Doce de banana (sem açúcar) Pré: Doce de leite	PERA	BANANA	MAÇÃ

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		340,00	42	10	10	297,00	78,00	109,00	3,00
		Tarde		330,00	46	12	10	280,00	63,00	101,00	3,00
		Integral		520,00	67,00	18	16,00	562,00	129,00	298,00	6,00
	4 e 5 anos	Manhã		401,20	44	18	6	UMES Acre, Luiza C., Pará, Santa Catarina, Tocantins e VI. São José: Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2 períodos.			
		Tarde		410,00	42	20	7				
Integral			912,50	88	36	13					

		29/07/2024 (Segunda-feira)	30/07/2024 (Terça-feira)	31/07/2024 (Quarta-feira)	01/08/2024 (Quinta-feira)	02/08/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco individual de uva	Vitamina de banana e mamão	Suco de abacaxi	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Mini pizza de queijo com tomate	Maçã	Torta de frango com legumes	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de alface com tomate Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado Salada de soja em grão *Bolo de cacau	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de repolho roxo Melão	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao Sugo Carne moída Salada de tomate Creme de manga (c/inhame)
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de melancia Biscoito de polvilho	Suco individual de uva Mini pizza de queijo com tomate	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Banana	Suco de abacaxi Cuscuz de Frango
	Inf. 4 e 5			Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão a alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho c/beterraba Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga * Bolo de cacau	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Banana	Macarrão alho e óleo Carne em cubos ao molho Salada de repolho Melão	Arroz, Feijão Frango com chuchu Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MEXERICA	BANANA	MAÇÃ	PERA	Doce de banana (sem açúcar)

* **Bolo de cacau CRECHE:** adoçado com uva passa e tâmara (p/ alunos menores de 2 anos) e cobertura de banana com leite em pó e cacau.

* **Bolo de cacau PRÉ:** com cobertura de brigadeiro de leite condensado e cacau.

* **UME Maria Rosa - Dia 30/07:** Desjejum = Pão caseiro com manteiga e Suco de manga / Sobremesa do almoço = Fruta.

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		363,00	49	14	11	248,00	51,00	44,00	5,00
		Tarde		358,00	48	13	11	187,00	44,00	94	3,00
		Integral		685,00	95	26	20	415,00	94,00	223,00	8,00
	4 e 5 anos	Manhã		604,00	86	25	16	UMES Acre, Luíza C., Pará, Santa Catarina, Tocantins e VI. São José: Seguirão o cardápio do Desjejum e Almoço nos 2 períodos e somente na 4ª feira seguirão o Jantar nos 2			
		Tarde		582,00	80	21	14				
		Integral		1112,00	168	48	23				

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 BRÁS FOOD