

		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. 2 e 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
	Fund.	Suco de goiaba Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de melancia Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga
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 Creche: Creme de manga (c/ inhame) Fund: Laranja	Creche: Macarrão ao sugo Fund: Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de tomate Banana
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 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 Cuscuz paulista de frango
	Fund.	Leite com cacau Biscoito Cream Cracker	Mingau de aveia	Iogurte Banana		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão a alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho c/beterraba Melancia	Arroz à grega (cenoura, milho, ervilha e salsa), Atum com batata Creche: Feijão 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 Carne moída com chuchu Salada de repolho com cenoura Creche: Feijão e Manga Fund: Laranja
LANCHE DA SAÍDA	Todos	GOIABA	MAÇA	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)
	6 a 10 anos	Integral	1205,90	174	56	32				

		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. 2 e 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
	Fund.			Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de abacaxi Pão de forma integral 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. 2 e 3			Suco de melancia Bolo de banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã
	Fund.			Suco de melancia Bolinho	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	
JANTAR (15:00h)	Todos			Sopa de feijão com legumes e frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	Arroz, Carne em cubos com Polenta / Salada de alface Creche: Feijão 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

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	1314,70	183	58	39				

		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. 2 e 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
	Fund.	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Suco de goiaba Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga
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	Creche: Macarrão ao molho Fund: Arroz e Feijão Frango desfiado Salada de pepino Creche: Manga / Fund: Banana	Arroz, Feijão Carne moída com chuchu Purê de batata Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 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
	Fund.		Suco de manga Bolinho	Mingau de cacau	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Vitamina de mamão Banana
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao 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 Carne em cubos com Polenta Salada de alface Creche: Feijão Melão	Macarrão ao alho e óleo Peixe ao molho Salada de feijão branco com cenoura ralada Creche: Pera / Fund: Laranja
LANCHE DA SAIDA	Todos	CARAMBOLA	Creche: Doce de banana (sem açúcar) Fund: 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)
	6 a 10 anos	Integral	1306,00	185	58	39				

		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 (8:00h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco individual de uva Mini pizza de queijo com tomate	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Suco de goiaba Pão hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de escarola e cenoura Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado Salada de soja em grão Creche: * Bolo de cacau Fund: Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de repolho roxo Melão	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Creche: Macarrão ao Sugo Fund: Arroz e Feijão Carne moída Salada de tomate Creche: Creme de manga (c/ inhame) / Fund: Maçã
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 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 paulista de frango
	Fund.	Suco de maracujá Biscoito Cream Cracker	Suco de uva individual Bolinho recheado e com cobertura	Iogurte Banana	Mingau de maisena	
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída com molho Salada de repolho c/ beterraba Melancia	Arroz, Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Creche: Feijão Creche: * Bolo de cacau Fund: Laranja	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, Frango com chuchu Creche: Feijão Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MEXERICA	BANANA	MAÇÃ	PERA	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	1302,00	188	59	40				

* **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 FUND:** com cobertura de brigadeiro de leite condensado e cacau.

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