

		30/09/2024 (Segunda-feira)	01/10/2024 (Terça-feira)	02/10/2024 (Quarta-feira)	03/10/2024 (Quinta-feira)	04/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 2 e 3	Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Paõ 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.	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Café com leite Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Suco de manga 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 tomate Laranja	Arroz, Feijão Frango desfiado Refogado de abobrinha e cenoura Melão	Arroz, Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de repolho roxo Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Melancia	Fund: Arroz, Feijão Creche: Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho Salada de soja e tomate Fund: Suco de uva Creche: Creme (inhame com manga)
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana e abacate Maçã	Suco de abacaxi Cuscuz de frango
	Fund.	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Mingau de cacau	Leite com cacau Biscoito Cream cracker		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e beterraba Melancia	Arroz, Creche: Feijão Peixe com batata Salada de tomate Fund: Maçã Creche: Manga	Sopa de legumes e frango (mandioca, cenoura e abobrinha) Banana	Arroz Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Laranja	Arroz à grega Creche: Feijão Fango com chuchu Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (S/AÇUCAR)	CARAMBOLA	BANANA	PERA

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	1114,00	156	46	34				

		07/10/2024 (Segunda-feira)	08/10/2024 (Terça-feira)	09/10/2024 (Quarta-feira)	10/10/2024 (Quinta-feira)	11/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3	Suco integral de uva Mini pizza de queijo com tomate e orégano	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de abacate e banana Maçã	Suco de manga Biscoito de polvilho	Suco de melancia Pão de queijo
	Fund.	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Suco de uva Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de batata e cenoura Laranja	Creche: Macarrão ao Sugo Fund: Arroz e Feijão Carne em cubos com cenoura Salada de feijão branco Creche: Bolo de cacau Fund: Maçã	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Polenta Melão	Arroz, Feijão, Salada de alface com tomate Creche: Lasanha de carne moída com queijo/Melancia Fund: Carne moída com purê de batata/Brigadeiro de colher de leite em pó	Arroz , Feijão Strogonoff de frango Cenoura e mandioquinha sautte Creche: Sorvete caseiro (fruta e leite) / Fund: Picolé de fruta
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Suco de manga Biscoito de polvilho	Suco integral de uva Mini pizza de queijo com tomate e orégano	Suco de melancia Pão de queijo	Vitamina de banana e maçã Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.	Leite com cacau Biscoito maisena	Iogurte Maçã	Mingau de maisena		Suco de melancia Pipoca, Bolo com cobertura
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho com abobrinha Salada de tomate Maçã	Arroz, Creche: Feijão Isca de frango acebolada Salada de repolho com beterraba Melancia	Sopa de feijão com carne (batata, abóbora e chuchu) Creche: Bolo de cacau Fund: Banana	Creche: Arroz, Feijão, Strogonoff de frango, Cenoura e mandioquinha sautte, Sorvete caseiro (fruta e leite) Fund: Risoto de frango (milho, cenoura e salsa) / Laranja	Creche: Arroz, Lasanha de carne moída com queijo, Salada de alface com tomate/Melão Fund: Suco de maracujá Pão hot dog com salsicha ao molho e batata palha
LANCHE DA SAÍDA	Todos	PERA	MAÇÃ	BANANA	KIWI	Creche: Doce de banana (sem açúcar) / Fund: Pipoca doce

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	1123,00	157	47	35			

* **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.

		14/10/2024 (Segunda-feira)	15/10/2024 (Terça-feira)	16/10/2024 (Quarta-feira)	17/10/2024 (Quinta-feira)	18/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 2 e 3	SEMANA DA EDUCAÇÃO			Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.				Café com leite Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos				Fund: Arroz e Feijão Creche: Macarrão ao Sugo Carne moída com cenoura Salada de feijão branco Melão	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de acelga com tomate Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3				Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.				Leite com cacau Biscoito Cream cracker	Vitamina de banana Biscoito maisena
JANTAR (15:00h)	Todos				Arroz, Creche: Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne desfiada ao molho Salada de alface Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos				BANANA	PERA

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	1148,00	170	45	32				

		21/10/2024 (Segunda-feira)	22/10/2024 (Terça-feira)	23/10/2024 (Quarta-feira)	24/10/2024 (Quinta-feira)	25/10/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 2 e 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz de frango	Vitamina de banana com mamão Banana	Suco de manga Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Fund.	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de uva Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão	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 acelga com cenoura Laranja	Arroz, Feijão Fund: Carne moída Creche: Quibe de forno Salada de repolho roxo Melão	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de Couve Laranja	Fund: Arroz, Feijão Creche: Macarrão ao sugo Carne moída Salada de soja, couve flor e cenoura / Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 2 e 3	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão de queijo	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Torta de frango com legumes
	Fund.		Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Iogurte Banana	Mingau de aveia	Suco de maracujá Biscoito Cream cracker
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de repolho e tomate Melancia	Arroz, Creche: Feijão Peixe com Batata e cenoura Maçã	Sopa de legumes com carne (mandioca, cenoura e chuchu) Melão	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de tomate Banana	Arroz, Creche: Feijão Carne em cubos com mandioca Creche: Manga Fund: Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (S/ AÇUCAR)	BANANA	KIWI	PERA

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	1090,00	152	45	32				

		28/10/2024 (Segunda-feira)	29/10/2024 (Terça-feira)	30/10/2024 (Quarta-feira)	31/10/2024 (Quinta-feira)	01/11/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	PONTO FACULTATIVO	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com mamão Banana	Suco de uva individual Mini pizza de queijo com tomate	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma com margarina	Café com leite Pão de hot dog com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão
ALMOÇO (10:00h)	Todos		Arroz, Feijão Peixe com batata Maçã	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de alface Banana	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Fund: Maçã Creche: Bolo de cacau	Fund: Arroz, Feijão Creche: Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de pepino e tomate Laranja
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3		Suco de manga Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva individual Mini pizza de queijo com tomate	Vitamina de banana Maça
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Leite com cacau Biscoito maisena	Suco individual integral Bolo com cobertura	
JANTAR (15:00h)	Todos		Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de acelga e beterraba Laranja	Sopa de legumes e frango (mandioca, cenoura e abobrinha) Creche: Creme de inhame com manga / Fund: Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de grão de bico e tomate / Creche: Bolo de cacau / Fund: Banana	Arroz Creche: Feijão Carne em cubos com batata Salada de alface Melancia
LANCHE DA SAIDA	Todos		Creche: Doce de banana (sem açúcar) / Fund: Paçoca	BANANA	PERA	CARAMBOLA

* 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.

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

Shirley Lopes Fernandes da Silva
CRN-3 16607
Nutricionista BRÁS FOOD