

		04/11 (Segunda-feira)	05/11 (Terça-feira)	06/11 (Quarta-feira)	07/11 (Quinta-feira)	08/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	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 e 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	Macarrão ao Sugo Carne moída Salada soja e tomate Creme (inhame com manga)
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 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
	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 ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e beterraba Melancia	Arroz, Feijão Peixe com batata Manga	Sopa de legumes com carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha) Melão	Arroz Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Banana	Arroz, Feijão Frango com chuchu Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana sem açúcar	BANANA	MEXERICA	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)	
	1 a 3 anos	Manhã		338	48	14	10	260	58	45	4
		Tarde		326	46	13	10	167	46	69	5
		Integral		666	94	27	20	427	104	114	8
	4 e 5 anos	Manhã		404	58	16	12				
		Tarde		412	59	17	12				
		Integral		816	117	33	24				

		11/11 (Segunda-feira)	12/11 (Terça-feira)	13/11 (Quarta-feira)	14/11 (Quinta-feira)	15/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Bolo de banana	Vitamina de banana e abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	FERIADO
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão			Leite com cacau Pão de forma com manteiga	
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 ralada Melão	Arroz, Feijão Peixe ao molho Purê de batata Maçã	Macarrão ao Sugo Carne moída com cenoura Salada de feijão branco Melão	
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Vitamina de banana e mamão Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Pão de queijo	Suco de abacaxi Torta de carne moída com legumes	
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma com manteiga			
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e tomate Melancia	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de tomate Maçã	Sopa de feijão com legumes e carne em cubos (mandioca, cenoura, abobrinha) Banana	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	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)	
	1 a 3 anos	Manhã		314	4	14	10	260	58	45	4
		Tarde		303	45	13	10	167	46	69	5
		Integral		624	93	27	20	427	104	114	8
	4 e 5 anos	Manhã		396	57	16	12				
		Tarde		402	58	17	12				
		Integral		798	116	33	24				

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

		18/11 (Segunda-feira)	19/11 (Terça-feira)	20/11 (Quarta-feira)	21/11 (Quinta-feira)	22/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão de queijo	FERIADO	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de c. moída com legumes
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga			Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Peixe com cebola e tomate Salada de batata Melancia	Arroz, Feijão Quibe de forno Salada de repolho roxo Melão		Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao sugo Carne em cubos com cenoura Salada de repolho Maçã
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de melancia Bolo de banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga		Vitamina de banana com abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão			
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz à grega (cenoura, ervilha e milho) Frango desfiado ao molho Salada de beterraba Maçã	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja		Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de grão de bico e tomate Creme (inhame com manga)	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Polenta Melancia
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	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)	
	1 a 3 anos	Manhã		328	42	15	11	290	78	55	5
		Tarde		314	40	14	11	195	56	79	4
		Integral		642	82	29	22	485	134	134	9
	4 e 5 anos	Manhã		340	43	15	12				
		Tarde		373	48	16	13				
		Integral		713	117	33	24				

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

		25/11 (Segunda-feira)	26/11 (Terça-feira)	27/11 (Quarta-feira)	28/11 (Quinta-feira)	29/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz de frango	Vitamina de banana com abacate Banana	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de uva individual Mini pizza de queijo com tomate
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga			Leite com cacau Pão de forma com requeijão	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Manga	Arroz, Feijão Iscas de Frango Creme de milho Melancia	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho Salada de alface e cenoura Banana	Arroz, Feijão Estrogonofe de frango Salada de batata * Bolo de cacau
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de abacaxi Biscoito de polvilho	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Torta de carne moída com legumes	Vitamina de banana com mamão Maçã	Suco de uva individual Mini pizza de queijo com tomate
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão hot dog com manteiga			
JANTAR (15:00h)	Todos	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de repolho com cenoura Melão	Arroz à grega (cenoura, ervilha e milho) Escondidinho de carne moída Laranja	Caldo verde com pernil Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Melancia	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de feijão fradinho * Bolo de cacau
LANCHE DA SAIDA	Todos	MAÇÃ	Creche: Doce de banana (sem açúcar) / Pré: Doce	BANANA	PÊSSEGO	PERA

* **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 29/11:** 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	Manhã	350	44	17	12	300	98	65
Tarde			335	43	16	11	185	76	89	4
Integral		685	87	33	23	485	174	154	8	
4 e 5 anos	Manhã	Manhã	360	45	18	12				
		Tarde	376	48	19	12				
	Integral	736	117	33	24					

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