

		02/12/2024 (Segunda-feira)	03/12/2024 (Terça-feira)	04/12/2024 (Quarta-feira)	05/12/2024 (Quinta-feira)	06/12/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Biscoito de polvilho	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 hot dog com margarina				Leite com cacau Pão de forma 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 Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Melancia	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho Salada soja e tomate 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 forma com requeijão		Leite com cacau Pão hot dog com requeijão		
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e beterraba Melancia	Arroz, Feijão Peixe com batata Manga	Sopa de legumes e frango (mandioca, cenoura e abobrinha) Banana	Arroz Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Laranja	Arroz, Feijão Frango com chuchu Maçã
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	AMEIXA	BANANA	NECTARINA

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		338,00	48	14	10	260,00	58,00	45,00	3,80
		Tarde		326,00	46	13	10	167,00	46,00	69	4,50
		Integral		666,00	94	27	20	427,00	104,00	114,00	8,30
	4 e 5 anos	Manhã		404,00	58	16	12				
		Tarde		412,00	59	17	12				
		Integral		816,00	117	33	24				

		09/12/2024 (Segunda-feira)	10/12/2024 (Terça-feira)	11/12/2024 (Quarta-feira)	12/12/2024 (Quinta-feira)	13/12/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Suco de melancia Pão de queijo	Suco de abacaxi Cuscuz de frango	Vitamina de abacate e banana Maçã	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco integral de uva Mini pizza de queijo com tomate e orégano
	Inf. 4 e 5				Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos Salada de batata e cenoura Laranja	Macarrão ao Sugo Carne em cubos com cenoura Salada de feijão branco Creche: Bolo de cacau Pré: Pavê	Arroz, Feijão Frango desfiado ao molho Polenta Melão	Arroz, Feijão, Ave natalina, Farofa, Salada de legumes com ovos (batata, cenoura e vagem) Mesa de frutas: abacaxi, uvas, melancia, manga, melão, mamão e maçã	Arroz, Feijão Carne moída com purê de batata Creche: Sorvete caseiro (fruta e leite) / Pré: Picolé de fruta
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco integral de uva Mini pizza de queijo com tomate e orégano	Suco de abacaxi Torta de frango com legumes	Suco de manga Biscoito de polvilho	Vitamina de banana e maçã Banana
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga				
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão alho e óleo Carne moída ao molho com abobrinha / Salada de tomate Creche: Sorvete caseiro (fruta e leite) / Pré: Picolé de fruta	Arroz, Feijão, Frango com cenoura e salsa Melancia	Sopa de feijão com carne (batata, abóbora e chuchu) Maçã	Arroz, Feijão, Ave natalina, Farofa, Salada de legumes com ovos (batata, cenoura e vagem) Mesa de frutas: abacaxi, uvas, melancia, manga, melão, mamão e maçã	Macarrão alho e óleo Carne em cubos ao molho Salada de alface com tomate Creche: Bolo de cacau Pré: Pavê
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Creche: Doce de banana (sem açúcar) / Pré: Doce	PÊSSEGO	LICHIA	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)	
	1 a 3 anos	Manhã		222,00	30	9	7	180,00	42,00	35,00	2,50
		Tarde		205,00	29	9	6	117,00	36,00	39	3,20
		Integral		427,00	59	18	13	297,00	78,00	74,00	5,70
	4 e 5 anos	Manhã		245,00	31	10	9				
		Tarde		241,00	30	10	9				
		Integral		486,00	61	20	18				

* 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.

		16/12/2024 (Segunda-feira)	17/12/2024 (Terça-feira)	18/12/2024 (Quarta-feira)	19/12/2024 (Quinta-feira)	20/12/2024 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h/ 7:45h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com mamão Banana	Suco de manga 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 manteiga	Suco de abacaxi Pão de forma com requeijão			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 Quibe de forno Salada de repolho roxo Melão	Arroz, Feijão Frango com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão Pernil com cebola e pimentão Virado de Couve Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída Salada de soja e cenoura Melancia
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 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
	Inf. 4 e 5		Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão		Leite com cacau Pão de forma com margarina	
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de repolho e tomate Melancia	Arroz, Feijão Peixe com Batata Maçã	Sopa de legumes com carne (mandioca, cenoura e chuchu) Manga	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de tomate Banana	Arroz, Feijão Carne em cubos c/ mandioca Melão
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	BANANA	MAÇÃ	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		328,00	42	15	11	290,00	78,00	55,00	4,80
		Tarde		314,00	40	14	11	195,00	56,00	79	4,10
		Integral		642,00	82	29	22	485,00	134,00	134,00	8,90
	4 e 5 anos	Manhã		340,00	43	15	12				
		Tarde		373,00	48	16	13				
		Integral		713,00	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