



Data	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche	Jantar
1ª Semana					
04/06 Segunda feira	Leite c/achocolatado Biscoito salgado	Fruta	Ovos mexidos c/ abobrinha arroz e feijão, salada de tomate	Arroz doce	Sopa de carne c/ legumes e macarrão
05/06 Terça feira	Leite c/ flocos de milho	Fruta	Feijão nutritivo (feijão c/ carne e cenoura), arroz e salada de pepino	Mingau simples	Canja
06/06 Quarta feira	Leite c/ achocolatado Biscoito doce	Fruta	Frango ao molho c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface	Vitamina de banana e maçã c/ aveia	Sopa de ervilha c/ carne moída e legumes
07/06 Quinta feira	Leite c/achocolatado Bisnaguinha c/margarina	Fruta	Carne moída c/ batata doce, arroz e feijão, e salada de couve c/ tomate	Torta de frango c/ legumes e suco de fruta	Sopa de abóbora c/ carne e macarrão
08/06 Sexta feira	Leite c/achocolatado Biscoito rosquinha	Fruta	Macarrão c/frango ao molho de berinjela, salada de acelga	Salada de frutas c/ leite em pó e aveia	Sopa de fubá c/ carne e legumes
2ª Semana					
11/06 Segunda feira	Leite c/achocolatado Biscoito doce	Fruta	Carne em iscas c/abóbora, arroz e feijão	Vitamina de goiaba	Risoto de frango c/ legumes
12/06 Terça feira	Leite c/achocolatado Biscoito salgado	Fruta	Frango c/ cenoura, arroz e feijão e salada de tomate	Canjica	Sopa de mandioquinha c/ carne e macarrão
13/06 Quarta feira	Leite c/ flocos de milho	Fruta	Peixe ao molho, arroz e feijão, purê de batata, e salada de alface	Suco de laranja e biscoito	Macarrão c/ frango ao molho e salada de repolho
14/06 Quinta feira	Leite c/ achocolatado Biscoito rosquinha	Fruta	Frango c/mandioquinha, arroz e feijão, farofa de couve	Bolo simples c/suco	Sopa lentilha c/ carne, legumes e macarrão
15/06 Sexta feira	Leite c/achocolatado Pão c/margarina	Fruta	Macarrão c/carne moída ao molho salada de repolho	Creme de abacate	Frango ao molho c/ polenta, arroz e salada de alface



Data	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche	Jantar
3ª Semana					
18/06 Segunda feira	Leite c/achocolatado Biscoito rosquinha	Fruta	Farofa de ovos c/ tomate, arroz e feijão, salada de beterraba	Vitamina de maracujá	Sopa caldo de feijão c/ frango, legumes e macarrão
19/06 Terça feira	Leite c/achocolatado Biscoito salgado	Fruta	Carne moída c/inhame, arroz e feijão, salada de tomate	Fruta e biscoito	Sopa de abóbora c/ frango e legumes
20/06 Quarta feira	Leite c/flocos de milho	Fruta	Feijão preto c/carne suína, arroz, couve refogada e farofa	Mamão c/ aveia	Frango ao molho c/polenta, arroz c/cenoura
21/06 Quinta feira	Leite c/achocolatado Bisnaguinha c/ margarina	Fruta	Carne em cubos c/mandioca, arroz e feijão, salada de alface	Torta de carne c/suco	Sopa de ervilha c/carne e legumes
22/06 Sexta feira	Leite c/achocolatado Biscoito doce	Fruta	Macarrão c/frango ao molho de ervilha torta, e salada de acelga	Arroz doce	Caldo verde (couve + carne+ batata)
4ª Semana					
25/06 Segunda feira	Leite c/achocolatado Biscoito salgado	Fruta	Frango c/ purê de abóbora, arroz e feijão	Vitamina de manga	Sopa de inhame c/ carne moída e legumes
26/06 Terça feira	Leite c/flocos de milho	Fruta	Carne moída c/ lentilha, arroz e salada de tomate	Canjica	Sopa de frango c/ legumes e macarrão
27/06 Quarta feira	Leite c/achocolatado Biscoito rosquinha	Fruta	Peixe c/ alho-poró, arroz e feijão, salada de brócolis	Creme de abacate	Carne moída ao molho c/ purê de batata, arroz c/ cenoura
28/06 Quinta feira	Leite c/ achocolatado Pão c/ margarina	Fruta	Macarrão c/frango ao molho e berinjela, salada de alface	Bolo simples c/ suco de fruta	Sopa de alho-poró c/ carne, legumes e macarrão
29/06 Sexta feira	Feriado - São Pedro Padroeiro do Município				



Informação Nutricional (média semanal)*

Março	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Fibra (g)	Vitaminas		Mineirais			
						A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Magnésio (mg)	Zinco (mg)
1° Semana	766,0	29,8	112,6	18,8	10,3	991,4	68,4	453,3	10,9	78,2	6,2
2° Semana	739,0	30,6	114,3	19,1	11,0	654,0	146,2	504,9	11,3	83,6	6,2
3° Semana	728,0	29,6	114,3	18,6	13,1	899,3	165,7	531,8	11,3	83,3	6,0
4° Semana	745,0	30,0	114,8	20,0	12,0	617,4	86,1	501,0	12,0	69,0	6,3

*O Cálculo do valor nutricional do cardápio foi realizado com base nas porções recomendadas para as crianças de período integral e de acordo com cada faixa etária, atendendo as exigências conforme o Programa Nacional da Alimentação Escolar (Resolução N°26, de 17 de Junho de 2013).