



<i>Data</i>	<b>02/04/18</b>	<b>03/04/18</b>	<b>04/04/18</b>	<b>05/04/18</b>	<b>06/04/18</b>
<b>1ª Semana</b>	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Entrada Manhã/Tarde</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito salgado</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito Rosquinha</b>	<b>Leite c/achocolatado Bisnaguinha c/ margarina</b>	<b>Leite c/flocos de milho</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito doce</b>
<b>Almoço</b>	Carnes iscas c/abóbora, arroz e feijão, suco de fruta	Frango c/cenoura, arroz e feijão, salada de pepino e suco de fruta	Carne cubos c/chuchu arroz e feijão, salada de alface c/tomate e fruta	Peixe c/batata, arroz e feijão, salada de brócolis e fruta	Macarrão c/carne moída ao molho de abobrinha, salada de acelga e fruta
<i>Data</i>	<b>09/04/18</b>	<b>10/04/18</b>	<b>11/04/18</b>	<b>12/04/18</b>	<b>13/04/18</b>
<b>2ª Semana</b>	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Entrada Manhã/Tarde</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito Rosquinha</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito salgado</b>	<b>Leite c/achocolatado Pão c/margarina</b>	<b>Leite c/flocos de milho</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito doce</b>
<b>Almoço</b>	Salada de Ovos c/legumes, arroz e feijão, salada de beterraba e suco de fruta	Carne moída c/lentilha, arroz, salada de repolho e suco de fruta	Frango ao molho c/polenta, arroz e feijão, salada de couve flor e fruta	Peixe c/Pimentão, arroz e feijão, salada de alface e fruta	Macarrão c/carne em cubos ao molho de berinjela, salada de cenoura e fruta
<i>Data</i>	<b>16/04/18</b>	<b>17/04/18</b>	<b>18/04/18</b>	<b>19/04/18</b>	<b>20/04/18</b>
<b>3ª Semana</b>	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Entrada Manhã/Tarde</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito salgado</b>	<b>Leite c/flocos de milho</b>	<b>Leite c/achocolatado Bisnaguinha c/margarina</b>	<b>Leite c/achocolatado Bolinho Individual</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito rosquinha</b>
<b>Almoço</b>	Empanado de frango, arroz e feijão, abobrinha refogada, salada de tomate e suco de fruta	Feijão preto c/carne suína, arroz, couve refogada, farofa e suco de fruta	Peixe c/Tomate, arroz e feijão, purê de batata, salada de pepino e fruta	Frango c/mandioquinha, arroz e feijão, salada de alface e fruta	Macarrão c/carne moída ao molho, salada de acelga e fruta



<i>Data</i>	<b>23/04/18</b>	<b>24/04/18</b>	<b>25/04/18</b>	<b>26/04/18</b>	<b>27/04/18</b>
<b>4° Semana</b>	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Entrada Manhã/Tarde</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito doce</b>	<b>Leite c/flocos de milho</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito rosquinha</b>	<b>Leite c/achocolatado Pão c/margarina</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito salgado</b>
<b>Almoço</b>	Omelete c/tomate, arroz c/cenoura e feijão, suco de fruta	Carne em cubos c/mandioca, arroz e feijão, salada de pepino e suco de fruta	Macarrão c/frango ao molho, salada de couve flor cozida e fruta	Peixe c/cenoura, arroz e feijão e salada de alface e fruta	Carne moída c/cará, arroz e feijão e salada de tomate e fruta
<i>Data</i>	<b>30/04/18</b>	<b>01/05/18</b>	<b>02/05/18</b>	<b>03/05/18</b>	<b>04/05/18</b>
<b>5° Semana</b>	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Entrada Manhã/Tarde</b>	<b>Ponto Facultativo</b>	<b>Feriado Dia do Trabalhador</b>	<b>Leite c/flocos de milho</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito salgado</b>	<b>Leite c/achocolatado Biscoito rosquinha</b>
<b>Almoço</b>			Empanado de peixe, arroz e feijão, purê de abóbora e suco de fruta	Feijão nutritivo (feijão+carne em cubos+ cenoura), arroz e salada de beterraba e fruta	Macarrão c/carne moída ao molho abobrinha, salada de repolho e fruta



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)
1ª Semana	485,7	22,4	69,2	13,9	4,8	334,5	40,3	333,5	7,5	52,4	4,5
2ª Semana	494,3	22,6	71,6	13,7	5,9	355,6	70,6	336,1	7,6	47,5	4,3
3ª Semana	499,1	21,0	73,2	14,3	5,3	320,6	59,9	352,3	7,3	51,8	3,8
4ª Semana	493,4	23,5	74,0	12,2	6,5	252,0	112,5	350,1	7,1	52,9	4,3
5ª Semana	658,0	28,2	99,7	17,5	8,2	437,7	77,0	465,4	9,9	58,5	5,6

\*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).

Orientações:

1. O EXTRATO DE TOMATE deve ser utilizado nas preparações descritas: "ao molho".
2. Em preparações com carne, frango e peixe utilizar legumes para dar cor e sabor;
3. Não utilizar sal, óleo e açúcar em excesso;
4. Os itens de Hortifrutis poderão sofrer alterações conforme sazonalidade;
5. Informar ao DEPAE se qualidade e quantidade de alimentos é suficiente e se estão de acordo com a requisição;
6. Faça a quantidade certa de alimentos, evitando assim o desperdício;