

**CARDÁPIO- EDUCAÇÃO INFANTIL FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS PERÍODO INTEGRAL**

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL PEQUENOPOLIS			OUTUBRO 2024		
	<b>2ª FEIRA 30/09</b>	<b>3ª FEIRA 01/10</b>	<b>4ª FEIRA 02/10</b>	<b>5ª FEIRA 03/10</b>	<b>6ª FEIRA 04/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHA 08:00</b>	Pão Frances Margarina Suco de Uva	Bolo de Chocolate com banana Suco de Abacaxi	Pão Frances Margarina Leite com chocolate	Biscoito tipo polvilho Leite com polpa	Pão Frances Margarina Suco de Morango
<b>ALMOÇO 10:00</b>	Arroz/ Feijão Salada de Ovos Salada de Repolho Salada de Brocolis	Arroz/ Feijão Carne em iscas Salada de Tomate Mamão	Arroz/Feijão Carne de Porco Salada de Couve Flor Mamão	Arroz (restrições)/Feijão Macarronada com carne moída Salada de Couve Morango	Arroz/Feijão Coxinha da Asa Assada com batata doce Salada de Tomate
<b>LANCHE 12:20</b>	Biscoito Leite com polpa	Banana	Leite engrossado (quente ou gelado)	Banana	Laranja
<b>LANCHE 15:00</b>	Pão Frances Carne moída Suco de Abacaxi	Torta de carne Suco de Uva	Bolo de Chocolate Com Banana Suco de Abacaxi	Macarronada com carne em iscas com legumes	Pão Frances com Margarina Leite com Chocolate
<b>CEIA 16:30</b>	Morango	Maça	Melancia	Mamão	Banana
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>70%</b>	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		<b>1029,89</b>	<b>155g</b>	<b>37g</b>	<b>30g</b>
			<b>61%</b>	<b>15%</b>	<b>26%</b>

**BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR**

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

**Dalila Alves Barboza – CRN8 6346**

**CARDÁPIO- EDUCAÇÃO INFANTIL FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS PERÍODO INTEGRAL**

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL PEQUENOPOLIS			OUTUBRO 2024		
	<b>2ª FEIRA 07/10</b>	<b>3ª FEIRA 08/10</b>	<b>4ª FEIRA 09/10</b>	<b>5ª FEIRA 10/10</b>	<b>6ª FEIRA 11/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHA 07:50</b>	Pão Frances Margarina Suco de Uva	Biscoito de Polvilho Vitamina	Pão Frances Margarina Leite com chocolate	Bolo simples Suco de Abacaxi	Pão Frances Margarina Leite com chocolate
<b>ALMOÇO 10:00</b>	Arroz/Feijão Omelete com cenoura Salada de Tomate	Arroz/Feijão Carne em pedaço com abobora Salada de Mix de folhas Laranja	Arroz/Feijão Estrogonofe (falso) de frango Batata palha* Salada de Couve Maça	Arroz/Feijão File de peixe Salada de Repolho Mamão	Feijão/ Macarronada com frango Salada de Couve
<b>LANCHE 12:20</b>	Biscoito Leite com polpa	Banana	Leite engrossado (quente ou gelado)	Maça	Banana
<b>LANCHE 15:00</b>	Pão com margarina Vitamina	Torta de Frango Suco de Laranja	Arroz/Feijão File de peixe Salada de Repolho Mamão	Macarronada com frango Salada de Couve	Pão Frances com carne moída Suco de Acerola
<b>CEIA 16:30</b>	Mamão	Laranja	Maça	Banana	Melancia
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>70%</b>	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		1002,75	157g	36g	27g
			63%	14%	24%

**BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR**

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

**Dalila Alves Barboza – CRN8 6346**

**CARDÁPIO- EDUCAÇÃO INFANTIL FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS PERÍODO INTEGRAL**

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL PEQUENOPOLIS			OUTUBRO 2024		
			<b>4ª FEIRA 16/10</b>	<b>5ª FEIRA 17/10</b>	<b>6ª FEIRA 18/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHA 07:50</b>			Pão Frances Margarina Leite com chocolate	logurte Biscoito de Polvilho	Pão Frances Margarina Leite com chocolate
<b>ALMOÇO 10:00</b>			Macarronada com frango em iscas em molho/Feijão Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa Assada com batata Salada de Tomate Banana	Arroz/Feijão Carne em iscas acebolado Salada de Repolho
<b>LANCHE 12:20</b>			Leite engrossado (quente ou gelado)	Maça	Banana
<b>LANCHE 15:00</b>			Macarronada com frango em iscas em molho/Feijão Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa Assada com batata Salada de Tomate	Pão Frances com Carne Moída Suco de Uva
<b>CEIA 16:30</b>			Laranja	Banana	Melancia
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
	<b>70%</b>	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>	
	1015,0	157g	36g	28g	
		62%	14%	24%	

**BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR**

**Dalila Alves Barboza – CRN8 6346**

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

**CARDÁPIO- EDUCAÇÃO INFANTIL FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS PERÍODO INTEGRAL**

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL PEQUENOPOLIS			OUTUBRO 2024		
	<b>2ª FEIRA 21/10</b>	<b>3ª FEIRA 22/10</b>	<b>4ª FEIRA 23/10</b>	<b>5ª FEIRA 24/10</b>	<b>6ª FEIRA 25/10</b>
<b>CAFÉ DA MANHA 07:50</b>	Pão Frances Margarina Suco de Uva	Torrada Vitamina (Leite com Polpa)	Pão Frances Margarina Leite com chocolate	Bolo simples Suco de Abacaxi	Pão Frances Margarina Leite com chocolate
<b>ALMOÇO 10:00</b>	Arroz/ Feijão Omelete Salada de Repolho	Arroz/Feijão Carne em iscas (Estrogonofe falso) Salada de repolho Abacaxi	Galinhada (arroz com coxinha da asa) /Feijão Salada de Alface Maça	Arroz/Tutu de Feijão com carne de porco Salada de Couve Mamão	Macarronada com frango desfiado Salada de Almeirão Laranja
<b>LANCHE 12:20</b>	Biscoito Leite com polpa	Banana	Leite engrossado (quente ou gelado)	Maça	Banana
<b>LANCHE 15:00</b>	Pão Frances Com Margarina Vitamina com Morango	Arroz/Feijão Carne em iscas (Estrogonofe falso) Salada de repolho	Bolo Simples Suco de Abacaxi	Torta de Carne com Legumes Suco de Uva	Pão Frances com Patê de Frango Suco de Goiaba
<b>CEIA 16:30</b>	Banana	Mamão	Maça	Banana	Melancia
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>70%</b>	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		1056,34	172g	34g	28g
			65%	13%	24%

**BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR**

**Dalila Alves Barboza – CRN8 6346**

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

**CARDÁPIO- EDUCAÇÃO INFANTIL FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS PERÍODO INTEGRAL**

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL PEQUENOPOLIS			OUTUBRO 2024		
	<b>2ª FEIRA 28/10</b>	<b>3ª FEIRA 29/10</b>	<b>4ª FEIRA 30/10</b>	<b>5ª FEIRA 31/10</b>	<b>6ª FEIRA 01/11</b>
<b>CAFÉ DA MANHA 07:50</b>	Pão Frances Margarina Suco de Laranja	Biscoito de Polvilho Vitamina (Leite com uva)	Pão Frances Margarina Leite com chocolate	Bolo simples Suco de Abacaxi	Pão Frances Margarina Leite com chocolate
<b>ALMOÇO 10:00</b>	Arroz/Feijão Salada de Ovos Salada de Tomate	Arroz/ Feijão Carne moída com milho Salada de Tomate Maça	Arroz/Feijão Carne em pedaço assada Salada de tomate Maça	Feijão/ Macarronada com carne moída Salada de Couve	Arroz/Feijão File de peixe Assado Salada de Repolho Mamão
<b>LANCHE 12:20</b>	Biscoito Leite com polpa	Banana	Leite engrossado (quente ou gelado)	Maça	Banana
<b>LANCHE 15:00</b>	Pão Frances com Ovos Suco de Uva	Torta de Carne com legumes Suco de Abacaxi	Arroz/Feijão Carne em pedaço assada Salada de tomate Maça	Macarronada com carne moída/Sopa com carne moída	Pão Frances com carne moída Suco de Acerola
<b>CEIA 16:30</b>	Maça	Mamão	Maça	Banana	Melancia
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>70%</b>	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		1002,75	157g	36g	27g
			63%	14%	24%

**BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR**

**Dalila Alves Barboza – CRN8 6346**

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações