|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI MENINO JESUS****FAIXA ETÁRIA** *(6 a 11 meses)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****30/06** | **3ª FEIRA****01/07** | **4ª FEIRA****02/07** | **5ª FEIRA****03/07** | **6ª FEIRA****04/07** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **6 -11 meses**: pão frances + fórmula infantil ou leite materno ou leite integral | **6-11 meses:** pão caseiro + fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e melancia | **6-11 meses:** Pão caseiro e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana  | **6-11 meses:** Pão francês e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana  | **6 -11 meses**: fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral e melancia |
| **Almoço** | Arroz parbolizado + feijão preto + carne de frango cozida + purê de batata e salada de alfaceevoluir a consistencia conforme idade | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne moída com batata doce + salada de repolho e tomateevoluir a consistencia conforme idade | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne bovina com polenta cozida Couve refogada evoluir a consistencia conforme idade | Lentilha + arroz + carne moída + Salada de chuchuevoluir a consistencia conforme idade |  Sopa com carne moídaBatata, inglesa, cruaCenoura, cruaBanana, nanica, cruaevoluir a consistencia conforme idade |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 411,83 |  **57 g** | **17 g** | **13 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **33 %** | **10%** | **17%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
|  **CARDÁPIO – CMEI MENINO JESUS****FAIXA ETÁRIA** *(1 A 3 ANOS)***PERÍODO** Integral  |
| **Julho/2025** |
|  | **2ª FEIRA****30/06** | **3ª FEIRA****01/07** | **4ª FEIRA****02/07** | **5ª FEIRA****03/07** | **6ª FEIRA****04/07** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Torta salgada e suco de maracujá | **Manhã:** pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal e chá **Tarde:** Bolacha caseira e vitamina de banana | **Manhã:** bolacha caseira + café com leite**Tarde:** Bolo de fubá e chá  | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Torta salgada e suco de maracujá | **Manhã:** pão fatiado com requeijão e café com leite **Tarde:** Bolo simples e chá  |
| **Almoço** | Arroz parbolizado + feijão preto + carne moidacom batata cozida + salada de alface | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne moída com batata doce + salada de repolho e tomatePonkan | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne bovina com mandioca cozida e cebolinha e couve refogada | Lentilha + arroz + carne suina +farofa com couve e salada de chuchu sobremesa:Ponkan |  Sopa com carne moídaBatata, inglesa, cruaCenoura, cruaBanana, nanica, crua |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 657 |  **115,5 g** | **24 g** | **29,5 g** | **445** | **27** | **364** | **2,9** |
| **58 %** | **12%** | **30%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI Cia do Saber** **FAIXA ETÁRIA** *(6 a 11 meses)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****30/06** | **3ª FEIRA****01/07** | **4ª FEIRA****02/07** | **5ª FEIRA****03/07** | **6ª FEIRA****04/07** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **6 -11 meses**: pão frances + fórmula infantil ou leite materno ou leite integral | **6-11 meses:** pão caseiro + fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e melancia | **6-11 meses:** Pão caseiro e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana  | **6-11 meses:** Pão francês e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana  | **6 -11 meses**: fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral e melancia |
| **Almoço** | Arroz parbolizado + feijão preto + carne moida com batata e salada de alfaceevoluir a consistencia conforme idade | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne moída com quirerinha + salada de repolho e tomateevoluir a consistencia conforme idade | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne bovina com polenta cozida Couve refogada evoluir a consistencia conforme idade | Lentilha + arroz + carne suina + farofa com couve e Salada de chuchuPonkan evoluir a consistencia conforme idade |  Sopa com carne moídaBatata, inglesa, cruaCenoura, cruaBanana, nanica, cruaevoluir a consistencia conforme idade |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 411,83 |  **57 g** | **17 g** | **13 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **33 %** | **10%** | **17%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
|  **CARDÁPIO – CMEI cia do saber****FAIXA ETÁRIA** *(1 A 3 ANOS)***PERÍODO** Integral  |
| **Julho/2025** |
|  | **2ª FEIRA****30/06** | **3ª FEIRA****01/07** | **4ª FEIRA****02/07** | **5ª FEIRA****03/07** | **6ª FEIRA****04/07** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Torta salgada e suco de maracujá | **Manhã:** pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal e chá **Tarde:** Bolacha caseira e vitamina de banana | **Manhã:** bolacha caseira + café com leite**Tarde:** Bolo de fubá e chá  | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Torta salgada e suco de maracujá | **Manhã:** pão fatiado com requeijão e café com leite **Tarde:** Bolo simples e chá  |
| **Almoço** | Arroz parbolizado + feijão preto + carne moida com batata cozida + salada de alface | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne moída com quirerinha + salada de repolho e tomtePonkan | **F**eijão branco + arroz parbolizado + carne bovina com polenta cozida e cebolinha e couve refogada | Lentilha + arroz + carne suina + farofa com couve e salada de chuchu sobremesa:Ponkan |  Sopa com carne moídaBatata, inglesa, cruaCenoura, cruaBanana, nanica, crua |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 657 |  **115,5 g** | **24 g** | **29,5 g** | **445** | **27** | **364** | **2,9** |
| **58 %** | **12%** | **30%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**  |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI Cia do Saber** **FAIXA ETÁRIA** *(6 a 11 meses)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****07/07** | **3ª FEIRA****08/07** | **4ª FEIRA****09/07** | **5ª FEIRA****10/07** | **6ª FEIRA****11/07** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **6 -11 meses**: pão frances + fórmula infantil ou leite materno ou leite integral | **6-11 meses:** pão caseiro + fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana | **6-11 meses:** Pão caseiro e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana  | **Recesso escolar**  | **Recesso escolar** |
| **Almoço** | Arroz branco/parbolizadoFeijão branco cozidoSalada de alfaceMandioca com musculo ao molhoevoluir a consistencia conforme idade | Arroz branco/parbolizadoFeijão preto cozidoFarofa de repolhoPernil suíno cozidoMexerica, Murcote, cruaevoluir a consistencia conforme idade | Macarrão com carne moidaSalada de tomateMexerica evoluir a consistencia conforme idade |  **Recesso escolar** |  **Recesso escolar** |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 411,83 |  **57 g** | **17 g** | **13 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **33 %** | **10%** | **17%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI Menino Jesus** **FAIXA ETÁRIA** *(6 a 11 meses)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****07/07** | **3ª FEIRA****08/07** | **4ª FEIRA****09/07** | **5ª FEIRA****10/07** | **6ª FEIRA****11/07** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **6 -11 meses**: pão frances + fórmula infantil ou leite materno ou leite integral | **6-11 meses:** pão caseiro + fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana | **6-11 meses:** Pão caseiro e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana  | **Recesso escolar**  | **Recesso escolar** |
| **Almoço** | Arroz branco/parbolizadoFeijão branco cozidoSalada de alfaceMandioca com musculo ao molhoevoluir a consistencia conforme idade | Arroz branco/parbolizadoFeijão preto cozidoFarofa de repolhoPernil suíno cozidoMexerica, Murcote, cruaevoluir a consistencia conforme idade | Macarrão com carne moidaSalada de tomateMexerica evoluir a consistencia conforme idade |  **Recesso escolar** |  **Recesso escolar** |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 411,83 |  **57 g** | **17 g** | **13 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **33 %** | **10%** | **17%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI Menino Jesus** **FAIXA ETÁRIA** *(6 a 11 meses)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****28/07** | **3ª FEIRA****29/07** | **4ª FEIRA****30/07** | **5ª FEIRA****31/07** | **6ª FEIRA****01/08** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **6 -11 meses**: pão frances + fórmula infantil ou leite materno ou leite integral | **6-11 meses:** pão caseiro + fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e ponkan | **6-11 meses:** Pão caseiro e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana  | **6-11 meses:** Pão francês e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e ponkan | **6 -11 meses**: fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral e banana |
| **Almoço** | Macarrão com carne moidaSalada de Alface | Arroz com frangoFeijao pretoSalada de repolho |  Sopa de mandioca com musculoSalada de Tomate | Arroz Feijão brancoFarofa frango e repolhoSalada de alface | Sopa de feijão com batata, pernil desfiado,cenoura |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 411,83 |  **57 g** | **17 g** | **13 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **33 %** | **10%** | **17%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER** **FAIXA ETÁRIA** *(6 a 11 meses)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****28/07** | **3ª FEIRA****29/07** | **4ª FEIRA****30/07** | **5ª FEIRA****31/07** | **6ª FEIRA****01/08** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **6 -11 meses**: pão frances + fórmula infantil ou leite materno ou leite integral | **6-11 meses:** pão caseiro + fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana | **6-11 meses:** Pão caseiro e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e ponkan | **6-11 meses:** Pão francês e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno e banana | **6 -11 meses**: fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral e ponkan |
| **Almoço** | Macarrão com carne moidaSalada de alface | Arroz com frangoFeijao pretoSalada de repolhoPonkan  |  Sopa de mandioca com musculoArroz Salada de tomatePonkan | Arroz Feijão brancoFarofa com frango e repolhoSalada de alface | Sopa de feijão com batata, pernil desfiado, cenouraPonkan  |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 411,83 |  **57 g** | **17 g** | **13 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **33 %** | **10%** | **17%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER** **FAIXA ETÁRIA** *(1 a 3 anos)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****28/07** | **3ª FEIRA****29/07** | **4ª FEIRA****30/07** | **5ª FEIRA****31/07** | **6ª FEIRA****01/08** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Torta salgada | **Manhã:** pão fatiado com requeijão**Tarde:** Bolacha caseira e vitamina de banana | **Manhã:** bolacha caseira + café com leite**Tarde:** Bolo de fubá e chá  | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Pao fatiado c/ requeijão e chá | **Manhã:** pão fatiado com requeijão e café com leite **Tarde:** Bolo simples e chá  |
| **Almoço** | Macarrão com carne moidaSalada de alface | Arroz com frangoFeijao pretoSalada de repolhoPonkan  |  Sopa de mandioca com musculoArroz Salada de tomateBanana | Arroz Feijão brancoFarofa com frango e repolhoSalada de alface | Sopa de feijão com batata, pernil desfiado,cenouraPonkan  |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 527 |  **63 g** | **21 g** | **17 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **49 %** | **16%** | **29%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |

|  |
| --- |
| **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA** **PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE** |
| **CARDÁPIO – CMEI MENINO JESUS****FAIXA ETÁRIA** *(1 a 3 anos)***PERÍODO** INTEGRAL  |
| **Julho /2025** |
|  | **2ª FEIRA****28/07** | **3ª FEIRA****29/07** | **4ª FEIRA****30/07** | **5ª FEIRA****31/07** | **6ª FEIRA****01/08** |
| **Lanche da manhã****Lanche da tarde** | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Torta salgada | **Manhã:** pão fatiado com requeijão**Tarde:** Bolacha caseira e vitamina de banana | **Manhã:** bolacha caseira + café com leite**Tarde:** Bolo de fubá e chá  | **Manhã:** pão frances + leite integral**Tarde:** Pao fatiado c/ requeijão e chá | **Manhã:** pão fatiado com requeijão e café com leite **Tarde:** Bolo simples e chá  |
| **Almoço** | Macarrão com carne moidaSalada de alface | Arroz com frangoFeijao pretoSalada de repolhoPonkan  |  Sopa de mandioca com musculoArroz Salada de tomateBanana | Arroz Feijão brancoFarofa com frango e repolhoSalada de alface | Sopa de feijão com batata, pernil desfiado,cenouraPonkan  |
| **Composição nutricional** **(Média semanal)** | **Energia (Kcal)** | **CHO****(g)** | **PTN****(g)** | **LPD****(g)** | **Vit. A****(mcg)** | **Vit. C (mg)** | **Ca****(mg)** | **Fe****(mg)** |
| **55% a 65% do VET** | **10% a 15% do VET** | **15% a 30% do VET** |
| 527 |  **63 g** | **21 g** | **17 g** | **62** | **9,7** | **176** | **2,4** |
| **49 %** | **16%** | **29%** |
| **Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;****Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;**Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607** |