



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
					1
DESJEJUM					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO
ALMOÇO					ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (BATATA)
LANCHE DA TARDE					LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA
JANTAR					ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRAS ACEBOLADA LEGUME REFOGADO (ACELGA)
KCAL TOTAL	0				596
	4	5	6	7	8
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) PERA
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (REPOLHO E CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FRANGO DESFIADO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) LARANJA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ
JANTAR	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM BATATA LEGUME REFOGADO (CHUCHU)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA)	RISOTO DE FRANGO LEGUMES REFOGADOS (ABOBRINHA/ESPINAFRE)	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES (CENOURA/BATATA)
KCAL TOTAL	584	600	597	571	582
	11	12	13	14	15
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) ABACATE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) ABACATE	<b>FERIADO</b>
ALMOÇO	ARROZ CARNE MOÍDA REFOGADA LEGUME REFOGADO (ACELGA COM CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM CENOURA E ESPINAFRE	ARROZ FEIJÃO CARNE COM LEGUMES BATATA DOCE TIRAS	<b>FERIADO</b>
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	<b>FERIADO</b>
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE EM TIRAS E LEGUMES (CENOURA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES	<b>FERIADO</b>

KCAL TOTAL	646	580	584	629	0
------------	-----	-----	-----	-----	---



**CARD NUTRIÇÃO MEI (CD) - INTEGRAL**

	18	19	20	21	22
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) PERA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
ALMOÇO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA LEGUME REFOGADO (REPOLHO/CENOURA)	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ABOBRINHA)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA TIRAS COM LEGUME (BATATA)	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) LARANJA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO PICADO	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUME (CENOURA/ESPINAFRE)	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA DOCE)	RISOTO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (CHUCHU/CENOURA)	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
KCAL TOTAL	587	605	578	0	0
	25	26	27	28	29
DESJEJUM	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FORMULA INFANTIL) MELÃO	LEITE (FORMULA INFANTIL) PERA
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUMES (BATATA)	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM LEGUMES (ABOBRINHA)	ARROZ COLORIDO FEIJÃO CARNE COM LEGUMES (BATATA DOCE)	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO (ABOBRINHA/CENOURA/BROCOLIS)	ARROZ NHOQUE COM MOLHO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA)
LANCHE DA TARDE	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAMÃO	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) LARANJA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) BANANA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MELANCIA	LEITE (FÓRMULA INFANTIL) MAÇÃ
JANTAR	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA LEGUME REFOGADO (CHUCHU)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CERNE E LEGUMES	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO COM LEGUME (ABOBRINHA)	CANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES (CENOURA/BATATA)
KCAL TOTAL	592	600	597	571	582

HORÁRIO DO SERVIMENTO	
DESJEJUM	15' antes das atividades pedagógicas
ALMOÇO	3h após o início das atividades pedagógicas
LANCHE DATARDE	2h após almoço
JANTAR	2h após lanche da tarde

  
**Fábio Alfredo Gonçalves de Campos**  
 Gerente de Alimentação Escolar

  
**Mirtz A. Nakamura Kuwahara**  
 Nutricionista CRN-8/1212

  
**Beatriz Lourenço Nunes**  
 Nutricionista CRN8/231

  
**Renata Perucelo Romero**  
 Nutricionista CRN8/2451

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DO MÊS DE ABRIL 2022

	QTD MENSAL	MÉDIA DIÁRIA
E. (KCAL)	10.548	479
PROT.	357	16
LIPÍDEOS	325	15
SAT.	123	6
CARB.	1.567	71
FIBRA	115	5
CÁLCIO	6.328	288
MAGNÉSIO	1.378	63
FERRO	103	5
ZINCO	77	4
RETINOL	5.649	257
VIT. C	1.363	62
SÓDIO	6.267	285
GORD. TRANS	0	0

OBS: \* As FRUTAS do Desjejum também podem ser servidas como COLAÇÃO (entre o desjejum e o almoço); As Frutas que sobrarem também podem ser servida como Sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar).

\* Os ingredientes que compõem as preparações, bem como as informações nutricionais de macronutrientes prioritários constam na ficha técnica da preparação.

\* Cardápio poderá sofrer alterações com relação: aos hortifrutis pelo grau de maturação; excepcionalidades que possam ocorrer na unidade escolar; intercorrências com as entregas;

\* As substituições são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar, não sendo considerado alteração de cardápio por não ter alteração significativas na composição nutricional.

\* Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº6, de 08 de maio de 2020 e nº20, de 02 de dezembro de 2020.

**\*\*\* NÃO UTILIZAR AÇÚCAR E SAL PARA AS PREPARAÇÕES DO BERÇÁRIO**

**\*\*\* A consistência das preparações devem ser PASTOSAS ou de acordo com a idade do aluno (alimentos amassados, picados ou inteiros)**