

MUNICÍPIO DE SAUDADE DO IGUAÇU CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL "SONHO ENCANTAN

CARDÁPIO MENSAL

1º SEMANA	Segunda-feira 31/07/2023	Terça-feira 01/08/2023	Quarta-feira 02/08/2023	Quinta-feira 03/08/2023	Sexta-feira 04/08/2023	Composição Nutricional
Café da Manhã 07:30	⇒ Chá de cidreira⇒ Pão de queijo	 ⇒ Café com Leite ⇒ Pão caseirinho com Nata 	 ⇒ Cacau com Leite ⇒ Pão francês integral ⇒ Queijo colonial 		⇒ Chá de cidreira⇒ Sanduiche natural	Manhã: 402,4kcal 58g CHO 11,4g Ptn 7,8g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	 ⇒ Pão caseirinho com doce de geleia ⇒ Laranja 	⇒ Carreteiro⇒ Salada de Alface	⇒ Pão caseirinho com⇒ Carne moída	⇒ Polenta com ensopado de peixe⇒ Salada de Repolho	⇒ Pão de queijo⇒ Pocan	Tarde: 265,8kcal 44g CHO 7,2g Ptn 6,1g Lip
2º SEMANA	Segunda-feira 07/08/2023	Terça-feira 08/08/2023	Quarta-feira 09/08/2023	Quinta-feira 10/08/2023	Sexta-feira 11/08/2023	
Café da Manhã 07:30	⇒ Chá de erva doce⇒ Biscoito de leite	⇒ Leite com cacau⇒ Cuca	⇒ Café com leite⇒ Pastel assado	 ⇔ Cacau com leite ⇒ Pão caseirinho com ⇒ Manteiga 	⇔ Café com leite⇔ Esfiha	Manhã: 405,4kcal 60g CHO 11,4g Ptn 7,8g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	⇒ Iogurte e Banana	⇒ Risoto de frango⇒ Salada de Acelga	⇒ Macarronada com carne moída e salada de Alface	⇒ Sopa de Feijão	⇔ Creme de cacau⇔ Melão	Tarde: 270,2kcal 40g CHO 9,5g Ptn 6,5g Lip
3º SEMANA	Segunda-feira 14/08/2023	Terça-feira 15/08/2023	Quarta-feira 16/08/2023	Quinta-feira 17/08/2023	Sexta-feira 18/08/2023	
Café da Manhã 07:30	 ⇒ Chá de camomila ⇒ Pão caseirinho com quei 		 ⇒ Cacau com Leite ⇒ Pão caseiro integral com nata 	⇔ Café com Leite⇔ Cuca	⇒ Leite com Cacau⇒ Pastel assado	Manhã: 400,2kcal 53g CHO 12g Ptn 10g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	⇒ Bolacha de fubá⇒ Melão	⇒ Quirerinha com costelinha⇒ Salada de tomate	⇒ Sopa de agnholine	⇒ Pão caseirinho com⇒ Ovos mexidos		Tarde: 280kcal 42g CHO 10,2g Ptn 7,3g Lip
4º SEMANA	Segunda-feira 21/08/2023	Terça-feira 22/08/2023	Quarta-feira 23/08/2023	Quinta-feira 24/08/2023	Sexta-feira 25/08/2023	
Café da Manhã 07:30	⇒ Chá de cidreira⇒ Pão de queijo	 ⇒ Café com Leite ⇒ Pão francês integral com presunto 	⇒ Café com leite⇒ Torta salgada	⇔ Chá de cidreira⇒ Bolo de cenoura	 ⇒ Café com leite ⇒ Pão caseiro integral com manteiga 	Manhã: 401,2kcal 57g CHO 13g Ptn 9,5g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	⇒ Bolacha de açúcar mascavo⇒ Maçã	⇒ Vaca atolada⇒ Salada de Couve folha	⇒ Sopa de Legumes com frango	 ⇒ Tortéi com carne moída ⇒ Salada de Alface 	⇒ Vitamina de maçã⇒ Banana	Tarde: 258kcal 38g CHO 8,5g Ptn 5,4g Lip
5º SEMANA	Segunda-feira 28/08/2023	Terça-feira 29/08/2023	Quarta-feira 30/08/2023	Quinta-feira 31/08/2023	Sexta-feira 01/09/2023	
Café da Manhã 07:30	⇒ Chá de cidreira⇒ Bolo de cenoura		⇒ Leite com Cacau⇒ Pão integral com queijo	⇔ Café com Leite⇒ Sanduiche natural	⇒ Cacau com Leite⇒ Bolo de milho	Manhã: 399,5kcal 60g CHO 14g Ptn 8,4g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45		⇒ Risoto de frango⇒ Salada de Alface	⇒ Polenta com carne moída⇒ Salada de Tomate	⇒ Canja (arroz, legumes e frango)	⇒ Cachorro quente⇒ Banana	Tarde: 265kcal 44g CHO 7,2g Ptn 8,0g Lip

O cardápio e os hortifrutis estão sujeitos às alterações.

Elaborado por: Graziani da Silva Dias – CRN8/ 8653

Apresentado em: _____/____, ao Conselho de Alimentação Escolar – CAE



