MUNICÍPIO DE SAUDADE DO IGUAÇU

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL "SONHO ENCANTADO"

CARDÁPIO MENSAL

2º SEMANA	Segunda-feira 06/11/2023	Terça-feira 07/11/2023	Quarta-feira 08/11/2023	Quinta-feira 09/11/2023	Sexta-feira 10/11/2023	Composição Nutricional
Café da Manhã 07:30	⇨ Chá de cidreira ⇨ Broa Caseira com Nata	⇨ Café com Leite ⇨ Bolacha de açúcar mascavo	⇨ Cacau com Leite ⇨ Pão francês integral com manteiga	⇨ Café com Leite ⇨ Cuca	⇨ Cacau com Leite ⇨ Pão francês integral com margarina	Manhã: 400,1kcal 56g CHO 10,1g Ptn 7,5g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	⇨ Pastel assado ⇨ Suco de fruta	⇨ Polenta com carne moída ⇨ Salada: Alface	⇨ Sopa de feijão ⇨ Laranja	⇨ Risoto de frango ⇨ Salada: tomate	⇨ Bolo de fubá ⇨ Suco de fruta	Tarde: 264kcal 45,1g CHO 6,9g Ptn 5,9g Lip
3º SEMANA	Segunda-feira 13/11/2023	Terça-feira 14/11/2023	Quarta-feira 15/11/2023	Quinta-feira 16/11/2023	Sexta-feira 17/11/2023	
Café da Manhã 07:30	⇨ Chá de cidreira ⇨ Pão caseirinho ⇨ Nata	⇨ Café com Leite ⇨ Pão francês integral com ⇨ Manteiga	⇨ FERIADO	⇨ Café com Leite ⇨ Bolo de milho	⇨ Cacau com Leite ⇨ Bolacha de fubá	Manhã: 406kcal 58,2g CHO 10,5g Ptn 6,9g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	⇨ Pão francês integral ⇨ Geleia de fruta	⇨ Arroz de Carreteiro ⇨ Salada: Repolho	⇨ FERIADO	⇨ Pão francês com carne moída ⇨ Suco de fruta	⇨ Iogurte ⇨ Banana	Tarde: 271,2kcal 42g CHO 9,9g Ptn 5,2g Lip
4º SEMANA	Segunda-feira 20/11/2023	Terça-feira 21/11/2023	Quarta-feira 22/11/2023	Quinta-feira 23/11/2023	Sexta-feira 24/11/2023	
Café da Manhã 07:30	⇨ Chá de camomila ⇨ Pão caseirinho ⇨ Nata	⇨ Café com Leite ⇨ Pão caseirinho com ⇨ Manteiga	⇨ Cacau com Leite ⇨ Pão caseirinho com queijo colonial	⇨ Café com Leite ⇨ Pão caseirinho com geleia de fruta sem açúcar	⇨ Cacau com Leite ⇨ Cuca	Manhã: 402kcal 55g CHO 11,5g Ptn 9,6g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	⇨ Sanduiche natural ⇨ Chá de erva doce	⇨ Sopa de legumes com carne de gado	⇨ Sopa de agnholine de frango ⇨ Pêssego	⇨ Macarronada com frango ⇨ Salada: Beterraba	⇨ Esfiha ⇨ Suco de fruta	Tarde: 275kcal 45,5g CHO 11,2g Ptn 7,4g Lip
5º SEMANA	Segunda-feira 27/11/2023	Terça-feira 28/11/2023	Quarta-feira 29/11/2023	Quinta-feira 30/11/2023	Sexta-feira 01/12/2023	
Café da Manhã 07:30	⇨ Chá de erva doce ⇨ Pão caseirinho com geleia de fruta	⇨ Café com Leite ⇨ Esfiha	⇨ Cacau com Leite ⇨ Pastel assado	⇨ Chá de cidreira ⇨ Pão caseirinho ⇨ Nata	⇨ Cacau com Leite ⇨ Bolo simples	Manhã: 402,3kcal 56g CHO 12,5g Ptn 9,8g Lip
Lanche 09:15 Lanche 14:45	⇨ Bolacha de fubá ⇨ Suco de fruta	⇨ Nhoque com carne moída ⇨ Salada: Alface	⇨ Risoto de frango ⇨ Salada: Acelga	⇨ Sopa de feijão	⇨ Creme de chocolate ⇨ Maçã argentina	Tarde: 249kcal 42,1g CHO 8,8g Ptn 6,1g 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

Graziani da S. Dias
Nutricionista
CRN 8653