



**MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU**  
**CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL “SONHO ENCANTADO”**  
**CARDÁPIO MENSAL**  
**OUTUBRO**



1ª SEMANA	Segunda-feira 30/09/2024	Terça-feira 01/10/2024	Quarta-feira 02/10/2024	Quinta-feira 03/10/2024	Sexta-feira 04/10/2024	Composição Nutricional
<b>Café da Manhã</b> 07:30	⇒ Chá de cidreira ⇒ Sanduiche natural	⇒ Leite e cacau ⇒ Broa de milho com margarina	⇒ Café com leite ⇒ Pão de queijo	⇒ Leite com cacau ⇒ Pão caseirinho e queijo colonial	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho ⇒ Manteiga	
<b>Lanche 09:15</b> <b>Lanche 14:45</b>	⇒ Bolo de Milho ⇒ Laranja	⇒ Quirerinha com costelinha suína ⇒ Salada de alface	⇒ Polenta com ensopado de peixe ⇒ Salada de tomate	⇒ Macarronada e carne moída ⇒ Repolho verde	⇒ Bolo de coco ⇒ Banana	<b>292,3kcal</b> <b>42,3g CHO</b> <b>11,2g Ptn</b> <b>5,2g Lip</b>
2ª SEMANA	Segunda-feira 07/10/2024	Terça-feira 08/10/2024	Quarta-feira 09/10/2024	Quinta-feira 10/10/2024	Sexta-feira 11/10/2024	
<b>Café da Manhã</b> 07:30	⇒ Chá de camomila ⇒ Pão de queijo	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com margarina	⇒ Leite com cacau ⇒ Pão caseirinho com nata	⇒ Café com leite ⇒ Bolo de cenoura	⇒ Café com leite ⇒ Pastel assado	
<b>Lanche 09:15</b> <b>Lanche 14:45</b>	⇒ Pão de cenoura com geléia de fruta ⇒ Morango	⇒ Sopa de legumes com carne de gado	⇒ Panqueca com carne moída ⇒ Salada de alface	⇒ Risoto de frango ⇒ Repolho verde	⇒ Iogurte ⇒ Mini pizza ⇒ Sorvete	<b>303,2kcal</b> <b>50,1g CHO</b> <b>14,2g Ptn</b> <b>5,3g Lip</b>
3ª SEMANA	Segunda-feira 14/10/2024	Terça-feira 15/10/2024	Quarta-feira 16/10/2024	Quinta-feira 17/10/2024	Sexta-feira 18/10/2024	
<b>Café da Manhã</b> 07:30	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>	⇒ Chá de cidreira ⇒ Sanduiche	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com queijo colonial	⇒ Leite com cacau ⇒ Bolacha caseira de fubá	⇒ Café com leite ⇒ Bolo de milho	
<b>Lanche 09:15</b> <b>Lanche 14:45</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>	⇒ Pão caseirinho com ovo mexido ⇒ Melancia	⇒ Tortéi com carne moída ⇒ Salada de tomate	⇒ Risoto de moela ⇒ Alface	⇒ Cuca de doce de leite ⇒ Mamão	<b>323,1kcal</b> <b>45,3g CHO</b> <b>12,4g Ptn</b> <b>5,4g Lip</b>
4ª SEMANA	Segunda-feira 21/10/2024	Terça-feira 22/10/2024	Quarta-feira 23/10/2024	Quinta-feira 24/10/2024	Sexta-feira 25/10/2024	
<b>Café da Manhã</b> 07:30	⇒ Chá de erva doce ⇒ Pão de queijo	⇒ Leite com cacau ⇒ Bolo de laranja	⇒ Café com leite ⇒ Cuca caseira	⇒ Leite com cacau ⇒ Broa de milho com nata	⇒ mexido Café com leite ⇒ Bolo de fubá	
<b>Lanche 09:15</b> <b>Lanche 14:45</b>	⇒ Pão caseirinho com queijo colonial ⇒ Pessego	⇒ Polenta com carne moída ⇒ Salada de Alface	⇒ Polenta com molho de moela ⇒ Suco de fruta	⇒ Sopa de agholine de frango	⇒ Canjica ⇒ Pera	<b>315,2kcal</b> <b>44,3g CHO</b> <b>9,4g Ptn</b> <b>7,2g Lip</b>
4ª SEMANA	Segunda-feira 28/10/2024	Terça-feira 29/10/2024	Quarta-feira 30/10/2024	Quinta-feira 31/10/2024	Sexta-feira 01/11/2024	
<b>Café da Manhã</b> 07:30	⇒ Chá de erva doce ⇒ Pão de queijo	⇒ Leite com cacau ⇒ Bolacha de fubá	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseiro com nata	⇒ Leite com cacau ⇒ Pastel assado	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com ovo	
<b>Lanche 09:15</b> <b>Lanche 14:45</b>	⇒ Pão de beterraba com margarina ⇒ Abacaxi	⇒ Macarronada com carne de frango ⇒ Salada de repolho	⇒ Sopa de feijão	⇒ Arroz, feijão e carne de gado ⇒ Salada de tomate	⇒ Arroz doce ⇒ Banana	<b>315,2kcal</b> <b>44,3g CHO</b> <b>9,4g Ptn</b> <b>7,2g Lip</b>

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

