

CALENDÁRIO ESCOLAR/ CARDÁPIO 2022

1º SEMESTRE

SEMANA DO CARDÁPIO	DATA
1º SEMANA	02/02/2022 à 04/02/2022
2º SEMANA	07/02/2022 à 11/02/2022
3º SEMANA	14/02/2022 à 18/02/2022
4º SEMANA	21/02/2022 à 25/02/2022
1º SEMANA	28/02/2022 à 04/03/2022
2º SEMANA	07/03/2022 à 11/03/2022
3º SEMANA	14/03/2022 à 18/03/2022
4º SEMANA	21/03/2022 à 25/03/2022
1º SEMANA	28/03/2022 à 01/04/2022
2º SEMANA	04/04/2022 à 08/04/2022
3º SEMANA	11/04/2022 à 15/04/2022
4º SEMANA	18/04/2022 à 22/04/2022
4º SEMANA	25/04/2022 à 29/04/2022
1º SEMANA	02/05/2022 à 06/05/2022
2º SEMANA	09/05/2022 à 13/05/2022
3º SEMANA	16/05/2022 à 20/05/2022
4º SEMANA	23/05/2022 à 27/05/2022
1º SEMANA	30/05/2022 à 03/06/2022
2º SEMANA	06/06/2022 à 10/06/2022
3º SEMANA	13/06/2022 à 17/06/2022
4º SEMANA	20/06/2022 à 24/06/2022
4º SEMANA	27/06/2022 à 01/07/2022
1º SEMANA	28/11/2022 a 02/12/2022
2º SEMANA	05/12/2022 à 09/12/2022

2º SEMESTRE

SEMANA DO CARDÁPIO	DATA
1º SEMANA	04/07/2022 à 08/07/2022
2º SEMANA	11/07/2022 à 15/07/2022
3º SEMANA	18/07/2022 à 22/07/2022
4º SEMANA	25/07/2022 à 29/07/2022
1º SEMANA	01/08/2022 à 05/08/2022
2º SEMANA	08/08/2022 à 12/08/2022
3º SEMANA	15/08/2022 à 19/08/2022
4º SEMANA	22/08/2022 à 26/08/2022
1º SEMANA	29/08/2022 à 02/09/2022
2º SEMANA	05/09/2022 à 09/09/2022
3º SEMANA	12/09/2022 à 16/09/2022
4º SEMANA	19/09/2022 à 23/09/2022
4º SEMANA	26/09/2022 à 30/09/2022
1º SEMANA	03/10/2022 à 07/10/2022
2º SEMANA	10/10/2022 à 14/10/2022
3º SEMANA	17/10/2022 à 21/10/2022
4º SEMANA	24/10/2022 à 28/10/2022
1º SEMANA	31/10/2022 à 04/11/2022
2º SEMANA	07/11/2022 à 11/11/2022
3º SEMANA	14/11/2022 à 18/11/2022
4º SEMANA	21/11/2022 à 25/11/2022
3º SEMANA	12/12/2022 à 16/12/2022
4º SEMANA	19/12/2022 à 23/12/2022

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)																																				
Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com Molho de Frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de Carne Moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDAPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado							Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate							Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino							Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete							Arroz + Feijão Assado de carne moída Batata com Ovo						
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com Carne Moída Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo Simples Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de Carne Moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		434	13.06	18.77	53.14	2.27			318	52.54	4.45	52.54	3.15			322	10.22	7.85	48.42	1.54			307	10.15	6.50	49.96	2.15			414	10.03	15.66	84.13	3.47		
Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54	
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06			
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00	
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate						Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada						Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate						Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde						Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00	
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			
Lanche	14:50 às	Pão com Molho de Frango Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo de Cenoura Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de Carne Moída Suco de laranja integral											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	

da Tarde	as 15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotia refogado						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
		Pão com carne moída							Banana							Bolo Simples							Salada de Frutas							Torta de Frango						

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral						Maçã						Suco de laranja integral						Suco de laranja integral																
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)												
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)							
		318	52.12	7.44	52.12	2.65		322	10.22	7.85	48.42	1.54		430	10.63	15.61	63.99	3.06		318	52.54	4.45	52.54	3.15												
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		161	5.11	3.92	24.21	0.77		161	5.11	3.92	24.21	0.77		161	5.11	3.92	24.21	0.77				
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	218.53
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã						Banana						Mamão						Laranja						Melancia								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida						Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve						Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho						Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate						Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com Molho de Frango Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo de Cenoura Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de Carne Moída Suco de laranja integral								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		307	10.15	6.50	49.96	2.15		383	9.98	15.59	51.94	2.54		318	52.12	7.44	52.12	2.65		290	8.65	9.82	41.68	1.02		318	52.54	4.45	52.54	3.15				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar											
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89			
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã						Banana						Mamão						Laranja						Melancia											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			102.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00	69.40		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado						Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate						Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino						Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete						Arroz + Feijão Assado de carne moída Batata com Ovo											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			102.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00	69.40		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com Carne moída Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo Simples Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de Frango Suco de laranja integral											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		434	13.06	18.77	53.14	2.27			318	52.54	4.45	52.54	3.15			322	10.22	7.85	48.42	1.54			307	10.15	6.50	49.96	2.15			414	10.03	15.66	84.13	3.47			414
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira													
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar													
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)						
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77						
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Na(mg)			
		0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	218.53			
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã						Banana						Mamão						Laranja						Melancia													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00					
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Na(mg)		
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Polenta com carne moída Salada Repolho com Tomate						Arroz + Feijão Frango a Milanese Abobrinha Refogada						Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate						Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde						Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00					
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Na(mg)		
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			
Lanche	14:50 às	Pão com Molho de Frango Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo de Cenoura Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de Carne Moída Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					

da Tarde	15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de Leite Leite Integral s/ açúcar											
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)			
NA	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)			
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho						Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete						Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada						Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde						Arroz + Feijão Almondégas ao molho Cabotíá refogado											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)			
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			
		Pão com Carne Moida						Banana						Bolo Simples						Salada de Frutas						Torta de Frango											

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)							
		318	52.12	7.44	52.12	2.65		322	10.22	7.85	48.42	1.54		430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15		462	12.70	18.71	60.79	1.31					
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI 'VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" BERÇÁRIO I (7 a 11 meses) e II (1 a 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Pão						Pão						Pão						Pão						Pão								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		142	3.40	4.25	22.05	1.00		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40				
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã						Mamão						Melancia						Banana						Laranja								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
77.75	15.00	55.00	0.99	14.35	0.98	184.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne						Papa de Batata, Carne						Papa de Fubá, Frango, Feijão						Papa de Macarrão, Carne, Chuchu						Papa de Arroz, Frango								
		Beterraba, Feijão						Cabotiá						Cenoura, Abobrinha						Cenoura, Feijão						Feijão, Cabotiá, Vagem								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45		134.04	10.01	6.52	8.87	1.44		211.00	15.77	4.99	26.44	5.05		180.58	9.70	4.22	25.86	3.34		203.40	12.65	3.61	29.48	3.42				
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne						Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang						Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha						Sopa Mandioca, Frango, Vagem,						Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		166	12.41	8.16	10.91	2.06		202	12.61	3.60	29.22	3.30		182	10.93	6.93	19.49	2.38		177	13.79	5.52	17.89	1.92		207	13.41	3.98	29.00	3.63				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" BERÇÁRIO I (7 a 11 meses) e II (1 a 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Pão						Pão						Pão						Pão						Pão								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		142	3.40	4.25	22.05	1.00		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40				
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
77.75	15.00	55.00	0.99	14.35	0.98	184.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã						Mamão						Melancia						Banana						Laranja								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne Beterraba, Feijão						Papa de Batata, Carne Cabotíá						Papa de Fubá, Frango, Feijão Cenoura, Abobrinha						Papa de Macarrão, Carne, Chucho Cenoura, Feijão						Papa de Arroz, Frango Feijão, Cabotíá, Vagem								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45		134.04	10.01	6.52	8.87	1.44		211.00	15.77	4.99	26.44	5.05		180.58	9.70	4.22	25.86	3.34		203.40	12.65	3.61	29.48	3.42				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
0.50	1.79	20.07	1.71	42.82	1.45	313.45	0.80	15.62	7.52	1.04	17.52	1.30	499.12	0.66	4.00	30.26	1.71	55.10	1.03	418.76	0.44	1.57	21.73	1.55	29.95	1.16	280.95	0.50	2.47	22.87	1.37	41.85	0.91	313.95
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne						Sopa Arroz, Cabotíá, Feijão e Frang						Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha						Sopa Mandioca, Frango, Vagem,						Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		166	12.41	8.16	10.91	2.06		202	12.61	3.60	29.22	3.30		182	10.93	6.93	19.49	2.38		177	13.79	5.52	17.89	1.92		207	13.41	3.98	29.00	3.63				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "VERA LUCIA MONTEIRO PRADO" BERÇÁRIO I (7 a 11 meses) e II (1 a 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Pão						Pão						Pão						Pão						Pão								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		142	3.40	4.25	22.05	1.00		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40				
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã						Mamão						Melancia						Banana						Laranja								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne						Papa de Batata, Carne						Papa de Fubá, Frango, Feijão						Papa de Macarrão, Carne, Chuchu						Papa de Arroz, Frango								
		Beterraba, Feijão						Cabotiá						Cenoura, Abobrinha						Cenoura, Feijão						Feijão, Cabotiá, Vagem								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45		134.04	10.01	6.52	8.87	1.44		211.00	15.77	4.99	26.44	5.05		180.58	9.70	4.22	25.86	3.34		203.40	12.65	3.61	29.48	3.42				
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne						Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang						Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha						Sopa Mandioca, Frango, Vagem,						Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		166	12.41	8.16	10.91	2.06		202	12.61	3.60	29.22	3.30		182	10.93	6.93	19.49	2.38		177	13.79	5.52	17.89	1.92		207	13.41	3.98	29.00	3.63				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI 'VERA LUCIA MONTEIRO PRADO' BERÇÁRIO I (7 a 11 meses) e II (1 a 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira								Terça-Feira								Quarta-Feira								Quinta-Feira								Sexta-Feira							
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)							
		Pão								Pão								Pão								Pão								Pão							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		142	3.40	4.25	22.05	1.00				209	4.80	7.75	29.45	1.40				209	4.80	7.75	29.45	1.40				209	4.80	7.75	29.45	1.40				209	4.80	7.75	29.45	1.40			
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã								Mamão								Melancia								Banana								Laranja							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		56	0.30	Tr	15.20	1.30				45	0.80	0.10	11.60	1.80				66.00	0.18	Tr	16.20	0.20				138.00	2.10	0.15	35.70	2.85				51.00	1.10	0.20	12.90	4.00			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
77.75	15.00	55.00	0.99	14.35	0.98	184.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00							
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne								Papa de Batata, Carne								Papa de Fubá, Frango, Feijão								Papa de Macarrão, Carne, Chuchu								Papa de Arroz, Frango							
		Beterraba, Feijão								Cabotiá								Cenoura, Abobrinha								Cenoura, Feijão								Feijão, Cabotiá, Vagem							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45				134.04	10.01	6.52	8.87	1.44				211.00	15.77	4.99	26.44	5.05				180.58	9.70	4.22	25.86	3.34				203.40	12.65	3.61	29.48	3.42			
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00							
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne								Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang								Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha								Sopa Mandioca, Frango, Vagem,								Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		166	12.41	8.16	10.91	2.06				202	12.61	3.60	29.22	3.30				182	10.93	6.93	19.49	2.38				177	13.79	5.52	17.89	1.92				207	13.41	3.98	29.00	3.63			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70							

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI " MARIA APARECIDA GUARNIERI" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)																																				
Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI " MARIA APARECIDA GUARNIERI" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão							Arroz + Feijão							Arroz + Feijão							Feijão com Legumes							Arroz + Feijão						
Almoço	11:25 às 12:30	Macarrão à Bolonhesa							Escondidinho Frango (Batata)							Carne com mandioca							Galinhada							Assado de carne moída						
		Repolho c/ Cenoura Refogado							Alface com Tomate							Salada de Pepino							Vinagrete							Batata com Ovo						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com Carne moída							Banana							Bolo Simples							Salada de Frutas							Torta de Frango						
		Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral														Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		434	13.06	18.77	53.14	2.27			318	52.54	4.45	52.54	3.15			322	10.22	7.85	48.42	1.54			307	10.15	6.50	49.96	2.15			414	10.03	15.66	84.13	3.47		
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI " MARIA APARECIDA GUARNIERI" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate							Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada							Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate							Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde							Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
Lanche	14:50 às	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de Frango Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		

da Tarde	15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI " MARIA APARECIDA GUARNIERI" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotiá refogado						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
		Pão com carne moída							Banana							Bolo Simples							Salada de Frutas							Torta de Frango						

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		318	52.12	7.44	52.12	2.65			322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.



Tracey Vilela Tomás
Nutricionista
CRN3 - 59222

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDAPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDAPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar								
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal			
		5.11	3.92	24.21	0.77		161	5.11	3.92	24.21	0.77		161	5.11	3.92	24.21	0.77		161	5.11	3.92	24.21	0.77		161	5.11	3.92	24.21	0.77		161			
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã						Banana						Mamão						Laranja						Melancia								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)																																		
Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida						Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve						Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho						Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate						Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com molho de frango Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo de Cenoura Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de carne moída Suco de laranja integral								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15		383	9.98	15.59	51.94	2.54		318	52.12	7.44	52.12	2.65		290	8.65	9.82	41.68	1.02		318	52.54	4.45	52.54	3.15				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDAPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar											
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89			
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado						Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate						Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino						Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete						Arroz + Feijão Assado de carne moída Batata com Ovo											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com carne moída Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo Simples Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de frango Suco de laranja integral											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		434	13.06	18.77	53.14	2.27			318	52.54	4.45	52.54	3.15			322	10.22	7.85	48.42	1.54			307	10.15	6.50	49.96	2.15			414	10.03	15.66	84.13	3.47			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira													
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar													
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)						
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77						
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Na(mg)	Na(mg)	Na(mg)	Na(mg)
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	218.53	218.53	218.53	218.53		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã						Banana						Mamão						Laranja						Melancia													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00					
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Na(mg)	Na(mg)	
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00					

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Polenta com carne moída Salada Repolho com Tomate						Arroz + Feijão Frango a Milanese Abobrinha Refogada						Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate						Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde						Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00					
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Na(mg)	Na(mg)	
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00					
Lanche	14:50	Pão com molho de frango Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo de Cenoura Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de carne moída Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					

da Tarde	às 15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C(μg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C(μg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira									
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar									
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00					
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã						Banana						Mamão						Laranja						Melancia									
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00					
	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C(μg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
	NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho						Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete						Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada						Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde						Arroz + Feijão Almondégas ao molho Cabotíá refogado									
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00					
	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C(μg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(μg)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
	NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
		Pão com carne moída						Banana						Bolo Simples						Salada de Frutas						Torta de frango									

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		318	52.12	7.44	52.12	2.65			322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI" BERÇÁRIO I (7 à 11 meses) e II (1 à 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		142	3.40	4.25	22.05	1.00		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40				
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã						Mamão						Melancia						Banana						Laranja								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
77.75	15.00	55.00	0.99	14.35	0.98	184.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne						Papa de Batata, Carne						Papa de Fubá, Frango, Feijão						Papa de Macarrão, Carne, Chuchu						Papa de Arroz, Frango								
		Beterraba, Feijão						Cabotiá						Cenoura, Abobrinha						Cenoura, Feijão						Feijão, Cabotiá, Vagem								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45		134.04	10.01	6.52	8.87	1.44		211.00	15.77	4.99	26.44	5.05		180.58	9.70	4.22	25.86	3.34		203.40	12.65	3.61	29.48	3.42				
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne						Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang						Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha						Sopa Mandioca, Frango, Vagem,						Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		166	12.41	8.16	10.91	2.06		202	12.61	3.60	29.22	3.30		182	10.93	6.93	19.49	2.38		177	13.79	5.52	17.89	1.92		207	13.41	3.98	29.00	3.63				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013.

* Cardápio sujeito à alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI" BERÇÁRIO I (7 à 11 meses) e II (1 à 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)						
		Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		142	3.40	4.25	22.05	1.00			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40		
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
77.75	15.00	55.00	0.99	14.35	0.98	184.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00		
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã							Mamão							Melancia							Banana							Laranja						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne Beterraba, Feijão							Papa de Batata, Carne Cabotíá							Papa de Fubá, Frango, Feijão Cenoura, Abobrinha							Papa de Macarrão, Carne, Chucho Cenoura, Feijão							Papa de Arroz, Frango Feijão, Cabotíá, Vagem						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45			134.04	10.01	6.52	8.87	1.44			211.00	15.77	4.99	26.44	5.05			180.58	9.70	4.22	25.86	3.34			203.40	12.65	3.61	29.48	3.42		
		0.50	1.79	20.07	1.71	42.82	1.45	313.45	0.80	15.62	7.52	1.04	17.52	1.30	499.12	0.66	4.00	30.26	1.71	55.10	1.03	418.76	0.44	1.57	21.73	1.55	29.95	1.16	280.95	0.50	2.47	22.87	1.37	41.85	0.91	313.95
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40		
		77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne							Sopa Arroz, Cabotíá, Feijão e Frang							Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha							Sopa Mandioca, Frango, Vagem,							Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		166	12.41	8.16	10.91	2.06			202	12.61	3.60	29.22	3.30			182	10.93	6.93	19.49	2.38			177	13.79	5.52	17.89	1.92			207	13.41	3.98	29.00	3.63		
		1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI" BERÇÁRIO I (7 à 11 meses) e II (1 à 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		142	3.40	4.25	22.05	1.00		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40				
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
77.75	15.00	55.00	0.99	14.35	0.98	184.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã						Mamão						Melancia						Banana						Laranja								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne						Papa de Batata, Carne						Papa de Fubá, Frango, Feijão						Papa de Macarrão, Carne, Chuchu						Papa de Arroz, Frango								
		Beterraba, Feijão						Cabotiá						Cenoura, Abobrinha						Cenoura, Feijão						Feijão, Cabotiá, Vagem								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45		134.04	10.01	6.52	8.87	1.44		211.00	15.77	4.99	26.44	5.05		180.58	9.70	4.22	25.86	3.34		203.40	12.65	3.61	29.48	3.42				
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
0.50	1.79	20.07	1.71	42.82	1.45	313.45	0.80	15.62	7.52	1.04	17.52	1.30	499.12	0.66	4.00	30.26	1.71	55.10	1.03	418.76	0.44	1.57	21.73	1.55	29.95	1.16	280.95	0.50	2.47	22.87	1.37	41.85	0.91	313.95
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne						Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang						Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha						Sopa Mandioca, Frango, Vagem,						Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		166	12.41	8.16	10.91	2.06		202	12.61	3.60	29.22	3.30		182	10.93	6.93	19.49	2.38		177	13.79	5.52	17.89	1.92		207	13.41	3.98	29.00	3.63				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI MARIA APARECIDA GUARNIERI" BERÇÁRIO I (7 à 11 meses) e II (1 à 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira								Terça-Feira								Quarta-Feira								Quinta-Feira								Sexta-Feira							
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)							
		Pão								Pão								Pão								Pão								Pão							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		142	3.40	4.25	22.05	1.00				209	4.80	7.75	29.45	1.40				209	4.80	7.75	29.45	1.40				209	4.80	7.75	29.45	1.40				209	4.80	7.75	29.45	1.40			
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 15:00 às 15:30	Maçã								Mamão								Melancia								Banana								Laranja							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		56	0.30	Tr	15.20	1.30				45	0.80	0.10	11.60	1.80				66.00	0.18	Tr	16.20	0.20				138.00	2.10	0.15	35.70	2.85				51.00	1.10	0.20	12.90	4.00			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
77.75	15.00	55.00	0.99	14.35	0.98	184.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00	154.75	30.00	106.00	1.73	22.45	1.76	206.00							
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne								Papa de Batata, Carne								Papa de Fubá, Frango, Feijão								Papa de Macarrão, Carne, Chuchu								Papa de Arroz, Frango							
		Beterraba, Feijão								Cabotiá								Cenoura, Abobrinha								Cenoura, Feijão								Feijão, Cabotiá, Vagem							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45				134.04	10.01	6.52	8.87	1.44				211.00	15.77	4.99	26.44	5.05				180.58	9.70	4.22	25.86	3.34				203.40	12.65	3.61	29.48	3.42			
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)								Mamadeira (Fórmula Específica)							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40				67	1.40	3.50	7.40	0.40			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00							
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne								Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang								Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha								Sopa Mandioca, Frango, Vagem,								Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		166	12.41	8.16	10.91	2.06				202	12.61	3.60	29.22	3.30				182	10.93	6.93	19.49	2.38				177	13.79	5.52	17.89	1.92				207	13.41	3.98	29.00	3.63			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70							

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.



PREFEITURA MUNICIPAL DE COLÔMBIA/SP
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO



LRNS-09222

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDAPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00	

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00	
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)							
		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54							
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06			
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00							
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado						Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate						Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino						Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete						Arroz + Feijão Assado de carne moida Batata com Ovo											
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		112	0.60	Tr	30.40	2.60		90	1.60	0.20	23.20	3.60		132.00	0.36	Tr	32.40	0.40		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		102.00	2.20	0.40	25.80	8.00							
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00	
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com carne moida Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo simples Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de frango Suco de laranja integral											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		434	13.06	18.77	53.14	2.27		318	52.54	4.45	52.54	3.15		322	10.22	7.85	48.42	1.54		307	10.15	6.50	49.96	2.15		414	10.03	15.66	84.13	3.47							
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate							Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada							Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate							Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde							Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
Lanche	14:50 às	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moida Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		

da Tarde	15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" PRÉ ESCOLA (4 à 5 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotia refogado						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
		Pão com carne moída							Banana							Bolo simples							Salada de Frutas							Torta de frango						

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		318	52.12	7.44	52.12	2.65			322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15			462	12.70	18.71	60.79	1.31		
Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDAPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado							Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate							Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino							Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete							Arroz + Feijão Assado de carne moida Batata com Ovo						
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com carne moida Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo simples Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de frango Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		434	13.06	18.77	53.14	2.27			318	52.54	4.45	52.54	3.15			322	10.22	7.85	48.42	1.54			307	10.15	6.50	49.96	2.15			414	10.03	15.66	84.13	3.47		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira							
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89			
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			102.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00	69.40		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate							Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada							Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate							Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde							Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			102.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00	69.40		
Lanche	14:50 às	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moida Suco de laranja integral							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal

da Tarde	15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" MATERNAL (2 à 4 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar											
		Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	
		5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	
		Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	
0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89			
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			102.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho						Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete						Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada						Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde						Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotiá refogado											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal
		112	0.60	Tr	30.40	2.60			90	1.60	0.20	23.20	3.60			132.00	0.36	Tr	32.40	0.40			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			102.00	2.20	0.40	25.80	8.00			102.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	4.80	4.00	0.10	4.00	Tr	Tr	158	12.20	50.00	0.40	34.00	0.2	6	NA	12.20	32.00	0.80	40.00	0.20	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	69.40	4.80	102.00	0.20	28.00	0.40	2.00			
		Pão com carne moída						Banana						Bolo simples						Salada de Frutas						Torta de frango											

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		318	52.12	7.44	52.12	2.65		322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15			462	12.70	18.71	60.79	1.31			
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)							
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

CARDAPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" BERÇÁRIO I (7 a 11 meses) e II (1 a 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira								
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite						Pão de Leite								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		142	3.40	4.25	22.05	1.00		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40		209	4.80	7.75	29.45	1.40				
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 14:30 às 15:00	Maçã						Mamão						Melancia						Banana						Laranja								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne						Papa de Batata, Carne						Papa de Fubá, Frango, Feijão						Papa de Macarrão, Carne, Chuchu						Papa de Arroz, Frango								
		Beterraba, Feijão						Cabotiá						Cenoura, Abobrinha						Cenoura, Feijão						Feijão, Cabotiá, Vagem								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45		134.04	10.01	6.52	8.87	1.44		211.00	15.77	4.99	26.44	5.05		180.58	9.70	4.22	25.86	3.34		203.40	12.65	3.61	29.48	3.42				
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)						Mamadeira (Fórmula Específica)								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne						Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang						Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha						Sopa Mandioca, Frango, Vagem,						Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		166	12.41	8.16	10.91	2.06		202	12.61	3.60	29.22	3.30		182	10.93	6.93	19.49	2.38		177	13.79	5.52	17.89	1.92		207	13.41	3.98	29.00	3.63				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)
1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" BERÇÁRIO I (7 a 11 meses) e II (1 a 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)						
		Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		142	3.40	4.25	22.05	1.00			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40		
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 14:30 às 15:00	Maçã							Mamão							Melancia							Banana							Laranja						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne Beterraba, Feijão							Papa de Batata, Carne Cabotiá							Papa de Fubá, Frango, Feijão Cenoura, Abobrinha							Papa de Macarrão, Carne, Chuchu Cenoura, Feijão							Papa de Arroz, Frango Feijão, Cabotiá, Vagem						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45			134.04	10.01	6.52	8.87	1.44			211.00	15.77	4.99	26.44	5.05			180.58	9.70	4.22	25.86	3.34			203.40	12.65	3.61	29.48	3.42		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
0.50	1.79	20.07	1.71	42.82	1.45	313.45	0.80	15.62	7.52	1.04	17.52	1.30	499.12	0.66	4.00	30.26	1.71	55.10	1.03	418.76	0.44	1.57	21.73	1.55	29.95	1.16	280.95	0.50	2.47	22.87	1.37	41.85	0.91	313.95		
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00		
	16:30 às	Sopa de Batata, Cenoura e Carne							Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang							Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha							Sopa Mandioca, Frango, Vagem,							Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		

Jantar	10.30 às 16:45	166	12.41	8.16	10.91	2.06				202	12.61	3.60	29.22	3.30				182	10.93	6.93	19.49	2.38				177	13.79	5.52	17.89	1.92				207	13.41	3.98	29.00	3.63			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
		1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70					

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. CEMEI "FRANCISCA LUZIA DE AVELAR" BERÇÁRIO I (7 a 11 meses) e II (1 a 2 anos)

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	07:00 às 07:30	Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)						
		Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite							Pão de Leite						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		142	3.40	4.25	22.05	1.00			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40			209	4.80	7.75	29.45	1.40		
Lanche Manhã/ Lanche Tarde 2	09:00 às 09:30 / 14:30 às 15:00	Maçã							Mamão							Melancia							Banana							Laranja						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		
Almoço	11:00 às 11:30	Papa de Arroz, Carne							Papa de Batata, Carne							Papa de Fubá, Frango, Feijão							Papa de Macarrão, Carne, Chuchu							Papa de Arroz, Frango						
		Beterraba, Feijão							Cabotiá							Cenoura, Abobrinha							Cenoura, Feijão							Feijão, Cabotiá, Vagem						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		199.65	10.13	4.30	29.55	3.45			134.04	10.01	6.52	8.87	1.44			211.00	15.77	4.99	26.44	5.05			180.58	9.70	4.22	25.86	3.34			203.40	12.65	3.61	29.48	3.42		
Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)							Mamadeira (Fórmula Específica)						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40			67	1.40	3.50	7.40	0.40		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
0.50	1.79	20.07	1.71	42.82	1.45	313.45	0.80	15.62	7.52	1.04	17.52	1.30	499.12	0.66	4.00	30.26	1.71	55.10	1.03	418.76	0.44	1.57	21.73	1.55	29.95	1.16	280.95	0.50	2.47	22.87	1.37	41.85	0.91	313.95		

Lanche da Tarde 1	13:00 às 13:30	Nutrientes														Nutrientes														Nutrientes														Nutrientes													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)																							
		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40		67	1.40	3.50	7.40	0.40																											
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)																					
		77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00	77.00	15.00	51.00	0.74	8.10	0.78	22.00																					
Jantar	16:30 às 16:45	Sopa de Batata, Cenoura e Carne							Sopa Arroz, Cabotiá, Feijão e Frang							Sopa Fubá, Carne, Cenoura, Abobrinha							Sopa Mandioca, Frango, Vagem,							Sopa Macarrão, Frango, Feijão, Bet																											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)																							
		166	12.41	8.16	10.91	2.06			202	12.61	3.60	29.22	3.30			182	10.93	6.93	19.49	2.38			177	13.79	5.52	17.89	1.92			207	13.41	3.98	29.00	3.63																							
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)																						
		1.00	19.09	10.65	1.25	22.40	1.60	624.65	0.50	2.41	20.82	1.35	40.95	0.90	313.95	0.80	4.20	10.52	1.06	24.12	1.50	499.20	0.80	10.11	16.40	0.43	30.56	0.48	502.72	0.50	1.88	24.57	1.38	35.32	0.82	318.70																					

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "MAÇAO NOZAKI"

CARDÁPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		
TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)																																				
Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDAPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "MAÇAO NOZAKI"

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Segunda-Feira							Quarta-Feira							Segunda-Feira							Segunda-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado							Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate							Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino							Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete							Arroz + Feijão Assado de carne moida Batata com Ovo						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com carne moida Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo Simples Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de frango Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		434	13.06	18.77	53.14	2.27			318	52.54	4.45	52.54	3.15			322	10.22	7.85	48.42	1.54			307	10.15	6.50	49.96	2.15			414	10.03	15.66	84.13	3.47		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "MAÇAO NOZAKI"

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate							Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada							Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate							Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde							Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve						
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Lanche	14:50 às	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moida Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		

da Tarde	as 15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "MAÇAO NOZAKI"

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotiá refogado						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
		Pão com carne moída							Banana							Bolo Simples							Salada de Frutas							Torta de frango						

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		318	52.12	7.44	52.12	2.65			322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15			462	12.70	18.71	60.79	1.31		
Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "GIL ALEXANDRE BORGES"

CARDAPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "GIL ALEXANDRE BORGES"

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado							Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate							Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino							Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete							Arroz + Feijão Assado de carne moida Batata com Ovo						
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
		160	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	160	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	160	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	160	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	160	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com carne moida Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo Simples Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de frango Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		434	13.06	18.77	53.14	2.27			318	52.54	4.45	52.54	3.15			322	10.22	7.85	48.42	1.54			307	10.15	6.50	49.96	2.15			414	10.03	15.66	84.13	3.47		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "GIL ALEXANDRE BORGES"

CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate							Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada							Arroz + Feijão Stroganoff de Carne Alface com tomate							Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde							Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve						
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Lanche	14:50 às	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moida Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		

da Tarde	15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "GIL ALEXANDRE BORGES"

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã			Banana				Mamão				Laranja				Melancia																			
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotia refogado						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		
		Pão com carne moída							Banana							Bolo simples							Salada de Frutas							Torta de frango						

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		318	52.12	7.44	52.12	2.65		322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15			462	12.70	18.71	60.79	1.31			
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)							
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEIEF BRUNO ANTONIO PRADO

CARDAPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53		

Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54		

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEIEF BRUNO ANTONIO PRADO

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira								Segunda-Feira								Quarta-Feira								Segunda-Feira								Segunda-Feira							
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar								Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar								Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar								Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar								Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		161	5.11	3.92	24.21	0.77				161	5.11	3.92	24.21	0.77				161	5.11	3.92	24.21	0.77				161	5.11	3.92	24.21	0.77				161	5.11	3.92	24.21	0.77			
		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã				Banana				Mamão				Laranja				Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		56	0.30	Tr	15.20	1.30				45	0.80	0.10	11.60	1.80				66.00	0.18	Tr	16.20	0.20				138.00	2.10	0.15	35.70	2.85				51.00	1.10	0.20	12.90	4.00			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado								Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate								Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino								Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete								Arroz + Feijão Assado de carne moida Batata com Ovo							
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	
Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Pão com carne moida Suco de laranja integral				Banana Maçã				Bolo Simples Suco de laranja integral				Salada de Frutas				Torta de frango Suco de laranja integral																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)											
		434	13.06	18.77	53.14	2.27				318	52.54	4.45	52.54	3.15				322	10.22	7.85	48.42	1.54				307	10.15	6.50	49.96	2.15				414	10.03	15.66	84.13	3.47			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEIEF BRUNO ANTONIO PRADO
CARDÁPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53	66.89	0.00	126.23	0.52	20.11	0.65	218.53		
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate							Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada							Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate							Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde							Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve							
Almoço	11:25 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
		#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Lanche	14:50 às	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moida Suco de laranja integral							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			

da Tarde	15:15	318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEIEF BRUNO ANTONIO PRADO

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira							
Café da Manhã	06:45 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			161	5.11	3.92	24.21	0.77			
		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
Lanche da Manhã	09:25 às 09:40	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00			
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	11:25 às 12:30	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotiá refogado								
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	0.00	0.00		
		Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#VALUE!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!				

Lanche da Tarde	14:50 às 15:15	Suco de laranja integral							Maçã							Suco de laranja integral							Suco de laranja integral													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		318	52.12	7.44	52.12	2.65		322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15			462	12.70	18.71	60.79	1.31			
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)							
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "SANTA DO PRADO MAXIMIANO"
CARDAPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00	

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Almoço	12:15 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida							Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve							Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho							Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate							Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	
Lanche da Tarde	15:30 às 16:00	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moída Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		307	10.15	6.50	49.96	2.15			383	9.98	15.59	51.94	2.54			318	52.12	7.44	52.12	2.65			290	8.65	9.82	41.68	1.02			318	52.54	4.45	52.54	3.15		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	

PERÍODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "SANTA DO PRADO MAXIMIANO"

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira													
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar													
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54									
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)			
		133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06			
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																									
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00									
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)			
		NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00			

TURNO VESPERTINO

Almoço	12:15 às 12:30	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonhesa Repolho c/ Cenoura Refogado						Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate						Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino						Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete						Arroz + Feijão Assado de carne moída Batata com Ovo												
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
	15:30 às 16:00	Pão com carne moída Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo simples Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de frango Suco de laranja integral												
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		434	13.06	18.77	53.14	2.27		318	52.54	4.45	52.54	3.15		322	10.22	7.85	48.42	1.54		307	10.15	6.50	49.96	2.15		414	10.03	15.66	84.13	3.47								
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		

137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44
--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	--------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	-------	--------

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Unidades Escolares de Período Integral, seguir o cardápio completo. Cardápio sujeito a alteração.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "SANTA DO PRADO MAXIMIANO"
CARDAPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate							Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada							Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate							Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde							Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve						
Almoço	12:15 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15				
Lanche da Tarde	15:30 às 16:00	Pão com molho de frango Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo de Cenoura Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de carne moida Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		318	52.54	4.45	52.54	3.15			283	6.78	6.72	51.21	2.95			404	16.54	13.56	51.88	1.97			462	12.70	18.71	60.79	1.31			318	52.54	4.45	52.54	3.15		

Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)							
192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Unidades Escolares de Período Integral, seguir o cardápio completo. Cardápio sujeito a alteração.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. EMEF "SANTA DO PRADO MAXIMIANO"

CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00

TURNO VESPERTINO

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotiá refogado							
Almoço	12:15 às 12:30	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Lanche	15:30 às	Pão com carne moída Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo Simples Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de frango Suco de laranja integral							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			

da Tarde	16:00	318	52.12	7.44	52.12	2.65			322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15			462	12.70	18.71	60.79	1.31		
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Unidades Escolares de Período Integral, seguir o cardápio completo. Cardápio sujeito a alteração.

CARDAPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR / SETOR ALIMENTAÇÃO

U.E. DONA " ALICE FONTOURA DE ARAÚJO

CARDAPIO SEMANAL - PRIMEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO: Servir para o aluno (café da manhã, lanche da manhã e almoço)

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)							
		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54							
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06			
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00							
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00			

TURNO VESPERTINO: Servir para o aluno (almoço e lanche da tarde)

Almoço	12:15 às 12:30	Arroz + Feijão Carne moída com vagem Beterraba cozida						Arroz Tutu de feijão com lingüiça Salada de couve						Arroz + Feijão Frango com Legumes Salada de repolho						Arroz + Feijão Carne de panela com batatas Salada de alface com tomate						Arroz + Feijão Strogonoff de Frango Salada batata temperada											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Lanche da Tarde	15:30 às 16:00	Pão com molho de frango Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo de Cenoura Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de carne moída Suco de laranja integral											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		307	10.15	6.50	49.96	2.15		383	9.98	15.59	51.94	2.54		318	52.12	7.44	52.12	2.65		290	8.65	9.82	41.68	1.02		318	52.54	4.45	52.54	3.15							
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	92.22	4.25	171.88	0.89	37.39	1.03	191.92	191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	121.60	1.86	260.60	1.08	38.80	1.20	217.10	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54			

PERIODO INTEGRAL: Servir cardápio completo

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Cardápio sujeito a alterações.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDAPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. DONA " ALICE FONTOURA DE ARAUJO

CARDAPIO SEMANAL - SEGUNDA SEMANA

TURNO MATUTINO

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)							
		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54							
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06			
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00							
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00			

TURNO VESPERTINO

Almoço	12:15 às 12:30	Arroz + Feijão Macarrão à Bolonesa Repolho c/ Cenoura Refogado						Arroz + Feijão Escondidinho Frango (Batata) Alface com Tomate						Arroz + Feijão Carne com mandioca Salada de Pepino						Feijão com Legumes Galinhada Vinagrete						Arroz + Feijão Assado de carne moída Batata com Ovo											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
	15:30 às 16:00	Pão com carne moída Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo Simples Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de frango Suco de laranja integral											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		434	13.06	18.77	53.14	2.27		318	52.54	4.45	52.54	3.15		322	10.22	7.85	48.42	1.54		307	10.15	6.50	49.96	2.15		414	10.03	15.66	84.13	3.47							
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
137.65	1.53	288.80	1.24	47.35	1.52	249.02	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	201.40	78.00	167.05	0.87	38.65	1.45	753.60	37.05	5.62	157.75	0.89	50.35	51.52	240.44			

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Unidades Escolares de Período Integral, seguir o cardápio completo. Cardápio sujeito a alteração.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. DONA " ALICE FONTOURA DE ARAUJO
CARDAPIO SEMANAL - TERCEIRA SEMANA

TURNO MATUTINO

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)							
		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54		322	10.22	7.85	48.42	1.54							
		Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06			
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã			Banana			Mamão			Laranja			Melancia																							
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		56	0.30	Tr	15.20	1.30		45	0.80	0.10	11.60	1.80		66.00	0.18	Tr	16.20	0.20		138.00	2.10	0.15	35.70	2.85		51.00	1.10	0.20	12.90	4.00							
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00			

TURNO VESPERTINO

Refeição	Horário	Segunda-Feira						Terça-Feira						Quarta-Feira						Quinta-Feira						Sexta-Feira											
Almoço	12:15 às 12:30	Arroz + Feijão Polenta com carne moida Salada Repolho com Tomate						Arroz + Feijão Frango a Milanesa Abobrinha Refogada						Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Alface com tomate						Arroz + Feijão Isca de Frango Grelhada Pepino com cheiro verde						Arroz + Feijão Carne com Mandioca Salada de Couve											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Lanche da Tarde	15:30 às 16:00	Pão com molho de frango Suco de laranja integral						Banana Maçã						Bolo de Cenoura Suco de laranja integral						Salada de Frutas						Torta de carne moida Suco de laranja integral											
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		318	52.54	4.45	52.54	3.15		283	6.78	6.72	51.21	2.95		404	16.54	13.56	51.88	1.97		462	12.70	18.71	60.79	1.31		318	52.54	4.45	52.54	3.15							
		Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	

192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	60.25	9.33	150.95	0.86	50.60	0.90	159.60	206.05	78.22	65.68	0.93	40.86	1.03	147.53	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54
--------	-------	-------	------	-------	------	--------	-------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------	--------	------	--------	------	-------	------	--------	--------	-------	-------	------	-------	------	--------

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Unidades Escolares de Período Integral, seguir o cardápio completo. Cardápio sujeito a alteração.

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

U.E. DONA " ALICE FONTOURA DE ARAUJO
CARDÁPIO SEMANAL - QUARTA SEMANA

TURNO MATUTINO

Refeição	Horário	Segunda-Feira							Terça-Feira							Quarta-Feira							Quinta-Feira							Sexta-Feira						
Café da Manhã	06:30 às 07:00	Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar							Pão com Manteiga de leite Leite Integral s/ açúcar						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54			322	10.22	7.85	48.42	1.54		
Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06		
Lanche da Manhã	09:30 às 10:00	Maçã							Banana							Mamão							Laranja							Melancia						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		56	0.30	Tr	15.20	1.30			45	0.80	0.10	11.60	1.80			66.00	0.18	Tr	16.20	0.20			138.00	2.10	0.15	35.70	2.85			51.00	1.10	0.20	12.90	4.00		
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
NA	2.40	2.00	0.10	2.00	Tr	Tr	79	6.10	25.00	0.20	17.00	0.1	3	NA	6.10	16.00	0.40	20.00	0.10	Tr	NA	8.85	4.50	0.45	42.00	0.30	Tr	34.70	2.40	51.00	0.10	14.00	0.20	1.00		

TURNO VESPERTINO

Refeição	Horário	Arroz + Feijão Carne de Panela com batatas Salada de Repolho							Macarrão ao sugo Galinhada + Feijão Vinagrete							Arroz + Feijão Escondidinho de carne Cenoura cozida temperada							Arroz + Feijão Frango com legumes Salada mista verde							Arroz + Feijão Almondegas ao molho Cabotiá refogado						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!			#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(UI)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!		
Lanche da Tarde	15:30 às 16:00	Pão com carne moída Suco de laranja integral							Banana Maçã							Bolo simples Suco de laranja integral							Salada de Frutas							Torta de frango Suco de laranja integral						
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		318	52.12	7.44	52.12	2.65			322	10.22	7.85	48.42	1.54			430	10.63	15.61	63.99	3.06			318	52.54	4.45	52.54	3.15			462	12.70	18.71	60.79	1.31		

Vit A(Ul)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ul)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ul)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ul)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ul)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
191.50	80.21	37.86	0.74	35.66	0.63	685.12	133.78	0.00	252.46	1.04	40.22	1.30	437.06	52.97	5.62	161.63	1.01	48.89	1.13	190.42	192.10	82.42	42.92	1.29	43.02	2.16	338.54	137.65	0.00	282.70	1.20	44.15	1.46	248.12

* Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N°26 DE 17 DE JUNHO DE 2013 e alterações conforme RESOLUÇÃO N°06, DE 08 DE MAIO DE 2020.

* Unidades Escolares de Período Integral, seguir o cardápio completo. Cardápio sujeito a alteração.