

Centro de Educação Infantil - Arte e Vida

Modalidade PRÉ-ESCOLA (4-5anos) / Parcial



1ª SEMANA

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã 07:00hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ ovo mexido Leite c/ cacau	Pão caseiro Leite c/ cacau	Pão de queijo Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Almoço 10:00hs	Paleta em cubos c/ tomate Arroz, Feijão Batata doce cozida Salada alface Maça	Parafuso à bolonhesa Abobrinha refogada Feijão Banana	Galinhada Feijão Salada alface Melão	Farofa de ovo c/ tomate Arroz, Feijão preto Brócolis cozido Salada couve Abacaxi	Paleta em cubos c/ mandioca Arroz, Feijão Salada Repolho Laranja
Prévia (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão de queijo Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 16:00hs	Galinhada Feijão Repolho e tomate Maça	Farofa de ovo c/ tomate Arroz, Feijão preto Brócolis cozido Salada couve Abacaxi	Paleta em cubos c/ batata Arroz, Feijão Alface e tomate Melão	Espagete c/ frango Feijão Beterraba cozida Banana	Carreteiro carne moída Abobora refogada Feijão Pepino e tomate Laranja

2ª SEMANA

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã 07:00hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ ovo mexido Leite c/ cacau	Pão caseiro Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Almoço 10:00hs	Carne moída c/ berinjela em cubos Arroz, Feijão Repolho e tomate Laranja	Carreteiro carne moída Abobrinha refogada Feijão Pepino e tomate Melão	Carne moída c/ batata e cenoura Arroz, Feijão Salada alface Melancia	Estrogonofe de frango Arroz Salada alface Maça	Paleta em cubos c/ batata Arroz, Feijão Salada couve Banana
Prévia (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 16:00hs	Estrogonofe de frango Arroz Salada alface Laranja	Sopa de macarrão (carne moída, chuchu, abóbora, beterraba, couve) Melão	Paleta em cubos c/ mandioca Arroz, Feijão Repolho e tomate Melancia	Pão c/ carne moída Suco fruta Maça	Carne moída c/ batata e cenoura Arroz, Feijão Salada alface Banana

**COMPOSIÇÃO
NUTRICIONAL
MÉDIA SEMANAL**

	1ª SEMANA			
Energia (Kcal)	CHOg	PTNg	LPDg	
942	131g/56%	36g/15%	32g/30%	

	2ª SEMANA			
Energia (Kcal)	CHOg	PTNg	LPDg	
814	115g/57%	32g/15%	28g/31%	

Jocikeli Franco Oliveira
Nutricionista RT - PNAE
CRN-3:22465



✓ Cardápio planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme Resolução FNDE nº 06/2020 e a Resolução FNDE nº 20/2020.

✗ Não oferecer alimentos com adição de açúcar. Utilizar sal e óleo com moderação.

♻️ Cardápio sujeito a alterações, conforme disponibilidade ou época de alimentos, ou com aval da nutricionista.

🍇 Outras opções de fruta: goiaba, poncá.

🥛 Adaptação/substituição para Intolerância Lactose (alimentos zero lactose).

🩸 Diabetes tipo I ou II (reduzir quant. carboidrato).

🥚 Alergia a APLV (substituir leite e derivados).

🥚 Alergia ao Ovo (outra proteína).

📍 R. Aurea Barbosa Cerqueira, 1255 - Douradina - MS

Centro de Educação Infantil - Arte e Vida

Modalidade PRÉ-ESCOLA (4-5anos) / Parcial



3ª SEMANA

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã 07:00hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ ovo mexido Leite c/ cacau	Pão caseiro Leite c/ cacau	Pão de queijo Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Almoço 10:00hs	Paleta em cubos c/ mandioca Arroz, Feijão preto Salada pepino Maça	Espagete c/ frango Batata doce cozida Beterraba cozida Banana	Ovo mexido Arroz, Feijão Cenoura cozida Salada Alface Abacaxi	Carne moída c/ abóbora Arroz, Feijão Repolho e tomate Melão	Estrogonofe de carne Arroz, Feijão Salada Alface Laranja
Prévia (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão de queijo Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 16:00hs	Carreteiro carne moída Batata doce cozida Feijão Repolho e tomate Maça	Estrogonofe de carne Arroz, Feijão Salada Alface Banana	Paleta em cubos c/ tomate Arroz, Feijão preto Salada couve Abacaxi	Parafuso à bolonhesa Abobrinha refogada Feijão Melão	Ovo mexido Arroz, Feijão Cenoura cozida Salada Alface Laranja

4ª SEMANA

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã 07:00hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ ovo mexido Leite c/ cacau	Pão caseiro Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Almoço 10:00hs	Músculo em cubos Arroz, Feijão Farofa cenoura Salada alface Abacaxi	Carreteiro carne moída Batata doce cozida Feijão Pepino e tomate Melancia	Polenta c/ frango ao molho Arroz, Feijão Repolho e tomate Maça	Parafuso c/ carne moída Beterraba cozida Feijão Salada alface Melão	Paleta em cubos c/ abóbora Arroz, Feijão Salada couve Banana
Prévia (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 16:00hs	Carne moída c/ berinjela Arroz, Feijão Salada couve Abacaxi	Paleta em cubos c/ mandioca Arroz, Feijão Salada repolho Melancia	Músculo em cubos Arroz, Feijão Farofa cenoura Salada alface Maça	Torta de carne moída Suco fruta Melão	Polenta c/ frango ao molho Arroz, Feijão Salada Repolho Banana

**COMPOSIÇÃO
NUTRICIONAL
MÉDIA SEMANAL**

	3ª SEMANA			
Energia (Kcal)	CHOg	PTNg	LPDg	
853	119g/56%	33g/16%	29g/31%	

Jocikeli Franco Oliveira
Nutricionista RT - PNAE
CRN-3:22465



	4ª SEMANA			
Energia (Kcal)	CHOg	PTNg	LPDg	
894	129g/58%	36g/16%	30g/30%	

✓ Cardápio planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme Resolução FNDE nº 06/2020 e a Resolução FNDE nº 20/2020.

✗ Não oferecer alimentos com adição de açúcar. Utilizar sal e óleo com moderação.

♻️ Cardápio sujeito a alterações, conforme disponibilidade ou época de alimentos, ou com aval da nutricionista.

🍇 Outras opções de fruta: goiaba, poncá.

🥛 Adaptação/substituição para Intolerância Lactose (alimentos zero lactose).

🩸 Diabetes tipo I ou II (reduzir quant. carboidrato).

🥚 Alergia a APLV (substituir leite e derivados).

🥚 Alergia ao Ovo (outra proteína).

📍 R. Aurea Barbosa Cerqueira, 1255 - Douradina - MS