



Centro de Educação Infantil – Arte e Vida

Cardápio 2023 – Modalidade PRÉ-ESCOLA (4-5anos) / Parcial

1º SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca salgada Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Bisc. polvilho Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Almoço 09:30hs	Picadinho carne ao molho Arroz, Feijão Abóbora refogada Salada alface	Macarronada c/ Pasta Tilápia Feijão Salada cenoura e couve flor cozido	Galinhada Feijão Milho cozido (espiga) Salada couve	Ovo cozido (unid.) Arroz, Feijão Salada brócolis e tomate	Carne em cubos c/ mandioca Arroz, feijão Repolho roxo e rúcula
Sobremesa	Maça	Banana	Goiaba	Abacaxi	Poncã
Prévia (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Biscoito polvilho Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 15:00hs	Galinhada Feijão Milho cozido (espiga) Repolho e tomate	Ovo cozido (unid.) Arroz, Feijão Salada brócolis e tomate	Carne em cubos c/ batata Arroz, Feijão Acelga e tomate	Macarronada c/ frango Feijão Beterraba cozida	Carreteiro carne moída Batata doce cozida Feijão Pepino e tomate
Sobremesa	Maça	Banana	Goiaba	Abacaxi	Poncã
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3 - 22465
	959	138g/58%	36g/15%	31g/29%	

2º SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da Manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca salgada Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Bisc. polvilho Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Almoço 09:30hs	Carne moída c/ berinjela em cubos Arroz, Feijão Acelga e tomate	Filé Tilápia ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface	Carreteiro carne moída Abobrinha refogada Feijão Pepino e tomate	Frango ao molho Arroz Feijão preto Salada couve	Carne em cubos c/ batata Arroz, Feijão Repolho e tomate
Sobremesa	Laranja	Melancia	Melão	Pera	Mamão
Prévia (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Biscoito polvilho Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 15:00hs	Frango ao molho Arroz Feijão preto Salada couve	Sopa de macarrão (carne moída, chuchu, abóbora, couve flor)	Carne em cubos c/ mandioca Arroz, feijão Pepino e tomate	Pão c/ carne moída Suco laranja	Filé Tilápia ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface
Sobremesa	Laranja	Melancia	Melão	Pera	Mamão
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3 - 22465
	831	117g/57%	33g/16%	28g/30%	

Observação: 1-Cardápio elaborado conforme Resolução 06/2020. 2-Cardápio sujeito a alterações, conforme disponibilidade ou época de alimentos, ou com aval da nutricionista. 3-Adaptação/substituição para Intolerância Lactose (Leite, manteiga, iogurte e biscoito zero lactose); Diabetes (Arroz, macarrão e pão integral).

R. João Gomes de Lira, 1280 – Fone: (67) 3412-1185 – Douradina – MS.



Centro de Educação Infantil – Arte e Vida

Cardápio 2023 – Modalidade PRÉ-ESCOLA (4-5anos) / Parcial

3ª SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca salgada Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Bisc. polvilho Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Almoço 09: 30hs	Carne em cubos c/ mandioca Arroz, feijão Salada pepino	Ovo mexido Arroz, Feijão Salada alface e tomate	Macarronada c/ frango Feijão Beterraba cozida	Carne moída c/ abóbora Arroz, Feijão Repolho e tomate	Feijoada c/ músculo cenoura e chuchu Arroz Farofa couve
Sobremesa	Maça	Banana	Ponçã	Goiaba	Laranja
Prévia (11-13:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Biscoito polvilho Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 15:00hs	Carreteiro carne moída Abóbora refogada Feijão Repolho roxo e rúcula	Feijoada c/ músculo cenoura e chuchu Arroz Farofa couve	Picadinho carne ao molho Arroz, Feijão Salada alface	Macarronada c/ Pasta Tilápia Milho refogado Feijão Salada alface	Ovo mexido Arroz, Feijão Salada acelga e tomate
Sobremesa	Maça	Laranja	Ponçã	Goiaba	Banana
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3 - 22465
	946	137g/58%	36g/15%	31g/29%	

4ª SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Café da manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca salgada Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Bisc. polvilho Leite c/ cacau	Torta de carne Suco laranja
Almoço 09: 30hs	Pasta Tilápia ao molho Arroz, Feijão Salada alface	Carreteiro carne moída Batata doce cozida Feijão Pepino e tomate	Polenta c/ frango ao molho Arroz, Feijão Repolho e tomate	Macarronada c/ carne moída Milho refogado Feijão Salada alface	Carne em cubos c/ batata Arroz, Feijão Salada couve
Sobremesa	Abacaxi	Melancia	Melão	Pera	Ameixa
Prévia (11-13:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Pipoca Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Biscoito polvilho Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
Lanche Vespertino 15:00hs	Carne moída c/ berinjela em cubos Arroz, Feijão Salada couve	Carne em cubos c/ mandioca Arroz, Feijão Salada repolho	Pasta Tilápia ao molho Arroz, Feijão Salada alface	Torta de carne moída Suco uva	Polenta c/ frango ao molho Arroz, Feijão Repolho roxo e alface
Sobremesa	Abacaxi	Melancia	Melão	Pera	Ameixa
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3 - 22465
	911	129g/57%	32g/14%	32g/32%	

Observação: 1-Cardápio elaborado conforme Resolução 06/2020. 2-Cardápio sujeito a alterações, conforme disponibilidade ou época de alimentos, ou com aval da nutricionista. 3-Adaptação/substituição para Intolerância Lactose (Leite, manteiga, iogurte e biscoito zero lactose); Diabetes (Arroz, macarrão e pão integral).

R. João Gomes de Lira, 1280 – Fone: (67) 3412-1185 – Douradina – MS.