



Centro de Educação Infantil – Arte e Vida

Cardápio 2022 – Modalidade CRECHE (1-3 anos) / Integral

1º SEMANA										
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira			Quinta-Feira		Sexta-Feira
Café da manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar			Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar
Almoço 09:20hs	Carne panela em cubos Arroz, Feijão Abóbora refogada Salada alface Maça		Macarronada c/ carne moída Arroz, Feijão Salada (cenoura e chuchu cozido) Banana		Galinhada c/ milho Feijão Salada couve Goiaba			Ovo cozido Arroz c/ brócolis, Feijão Salada tomate Abacaxi		Carne em cubos c/ mandioca Arroz, feijão Repolho roxo e alface Poncã
Lanche Integral (11-13:00hs)	Leite integral Banana		Leite integral Pão e suco laranja		Leite integral Maça			Leite integral Pão e suco uva		Leite integral Abacaxi
Jantar 14:40hs	Galinhada c/ cenoura Feijão Repolho e tomate Maça		Ovo cozido Arroz c/ brócolis, Feijão Salada tomate Banana		Carne em cubos c/ batata Arroz, Feijão Salada (acelga e tomate) Goiaba			Macarronada c/ frango Arroz, feijão Beterraba cozida Abacaxi		Carreteiro carne moída, Batata doce cozida, Feijão, Pepino e tomate Poncã
Composição nutricional semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Vit. A mcg	Vit. C mg	Ca mg	Fe mg	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465	
	997	141g/56%	39g/15%	32g/29%	138	50	299	5,32		

2º SEMANA										
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira			Quinta-Feira		Sexta-Feira
Café da manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar			Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar
Almoço 09: 20hs	Carne moída c/ berinjela em cubos Arroz, Feijão Acelga e tomate Laranja		Peixe ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface Melancia		Carreteiro carne moída, Abobrinha refogada, Feijão, Couve e tomate Melão			Frango ao molho Arroz, Feijão Sal. pepino e beterraba cozida Pera		Carne cozida c/ batata, Arroz, Feijão, Salada repolho e tomate Ameixa
Lanche Integral (11-13:00hs)	Leite integral Melão		Leite integral Pão e suco laranja		Leite integral Iogurte batido c/ banana			Leite integral Pão e suco uva		Leite integral Laranja
Jantar 14:40hs	Frango ao molho c/ beterraba Arroz, Feijão Salada couve Laranja		Sopa de macarrão (carne moída, chuchu, abóbora, repolho) Melancia		Carne em cubos c/ mandioca Arroz, feijão Pepino e tomate Melão			Sopa de macarrão (carne moída, abobrinha, couve) Pera		Peixe ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface Ameixa
Composição nutricional semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Vit. A mcg	Vit. C mg	Ca mg	Fe mg	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465	
	904	118g/52%	37g/17%	32g/32 %	142	53	303	4,78		

Observação:

1-FAZER AS REFEIÇÕES COM CARINHO E AMOR. 2- Utilizar sal e óleo com moderação.

3-Cardápio elaborado conforme Resolução 06/2020.

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



Centro de Educação Infantil – Arte e Vida

Cardápio 2022 – Modalidade CRECHE (1-3 anos) / Integral

3ª SEMANA									
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira
Café da manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar
Almoço 09: 20hs	Carne em cubos c/ mandioca Arroz, feijão Salada pepino Maça		Ovo mexido c/ tomate Arroz, Feijão Salada alface Banana		Macarronada c/ frango Arroz, Feijão Beterraba cozida Poncã		Carne moída c/ abóbora Arroz, Feijão Repolho e tomate Goiaba		Feijoada (cenoura e chuchu) Arroz, Feijão Farofa couve Laranja
Lanche Integral (11-13:00hs)	Leite integral Banana		Leite integral Pão e suco laranja		Leite integral Maça		Leite integral Pão e suco uva		Leite integral Goiaba
Jantar 14:40hs	Carreiroiro carne moída Feijão Abóbora refogada Repolho roxo Maça		Feijoada (cenoura e chuchu) Arroz Farofa couve Laranja		Carne panela em cubos Arroz, Feijão Milho refogado Salada alface Poncã		Ovo mexido c/ tomate Arroz, Feijão Salada acelga Goiaba		Macarronada c/ carne moída Arroz, Feijão Sal. abobrinha e chuchu cozido Banana
Composição nutricional semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Vit. A mcg	Vit. C mg	Ca mg	Fe mg	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465
	1036	144g/55%	40g/15%	35g/30%	140	61	307	6	

4ª SEMANA									
	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-Feira
Café da manhã 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar.		Pão c/ manteiga Leite c/ cacau s/ açúcar
Almoço 09: 20hs	Peixe ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface Abacaxi		Carreiroiro c/ brócolis Feijão Pepino e tomate Melancia		Galinhada c/ milho Feijão Repolho e tomate Melão		Macarronada c/ carne moída Arroz, Feijão Salada alface Pera		Carne em cubos c/ batata Arroz, Feijão Salada couve Ameixa
Lanche Integral (11-13:00hs)	Leite integral Melão		Leite integral Pão e suco laranja		Leite integral Iogurte batido c/ banana		Leite integral Pão e suco uva		Leite integral Pera
Jantar 14:40hs	Carne moída c/ berinjela em cubos Arroz, Feijão Salada couve Abacaxi		Carne cozida c/ mandioca Arroz, feijão Salada repolho Melancia		Peixe ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface Melão		Sopa frango c/ macarrão (beterraba, abobrinha) Pera		Galinhada c/ milho, Feijão Repolho roxo e alface Ameixa
Composição nutricional semanal	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Vit. A mcg	Vit. C mg	Ca mg	Fe mg	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465
	951	128g/54%	39g/16%	32g/31%	141	32	299	5	

Observação:

1-FAZER AS REFEIÇÕES COM CARINHO E AMOR. 2- Utilizar sal e óleo com moderação.

3-Cardápio elaborado conforme Resolução 06/2020.

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

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