



Centro de Educação Infantil – Arte e Vida

**Cardápio 2022 – Modalidade PRÉ-ESCOLA (4-5anos) / Parcial**

1º SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
<b>Café da Manhã</b> 07:30hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Vitamina leite c/ banana e cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Almoço</b> 09:30hs	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
<b>Prévia</b> (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Lanche Vespertino</b> 15:00hs	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
<b>Composição nutricional semanal</b>	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465
	1037	159g/61%	38g/15%	29g/25%	

2º SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
<b>Café da Manhã</b> 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Vitamina leite c/ banana e cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Almoço</b> 09: 30hs	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 em cubos c/ batata, Arroz, Feijão, Repolho e tomate Ameixa
<b>Prévia</b> (12:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Lanche Vespertino</b> 15:00hs	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	Pão c/ carne moída Suco laranja Pera	Peixe ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface Ameixa
<b>Composição nutricional semanal</b>	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465
	897	130g/58%	35g/15%	28g/27%	

**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 PRÉ-ESCOLA (4-5anos) / Parcial**

3ª SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
<b>Café da manhã</b> 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Vitamina leite c/ banana e cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Almoço</b> 09: 30hs	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 (músculo, cenoura e chuchu) Arroz Farofa couve Laranja
<b>Prévia</b> (11-13:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Lanche Vespertino</b> 15:00hs	Carreteiro carne moída Feijão Abóbora refogada Repolho roxo Maça	Feijoada (músculo, 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
<b>Composição nutricional semanal</b>	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465
	1092	164g/60%	40g/15%	32g/27%	

4ª SEMANA					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
<b>Café da manhã</b> 07:15hs	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Vitamina leite c/ banana e cacau	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Almoço</b> 09: 30hs	Peixe ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface Abacaxi	Carreteiro carne moída 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
<b>Prévia</b> (11-13:00hs)	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco laranja	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau	Suco uva	Pão c/ manteiga Leite c/ cacau
<b>Lanche Vespertino</b> 15:00hs	Carne moída c/ berinjela em cubos Arroz, Feijão Salada couve Abacaxi	Carne em cubos c/ mandioca Arroz, feijão Salada repolho Melancia	Peixe ao molho (batata e cenoura) Arroz, Feijão Salada alface Melão	Torta de carne moída Suco uva Pera	Galinhada c/ milho, Feijão Repolho roxo e alface Ameixa
<b>Composição nutricional semanal</b>	Energia (Kcal)	CHOg 55/65% VET	PTNg 10/15% VET	LPDg 15/30% VET	Jocikeli Franco Oliveira Nutricionista CRN3-22465
	959	142g/59%	37g/15%	28g/26%	

**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 com aval da nutricionista.

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