

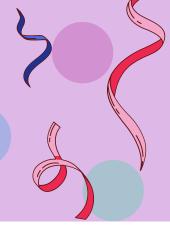
CARDAPIO

VERÃO

FEVEREIRO

INFANTIL E FUNDAMENTAL





SEMANA					
> F. IVI A IVI A	J A 1	ΔN	NΛ	F	C

SEMANA 3

SEMANA 4

S	E	G

TER

QUA

QUI

SEX

5° SEM

SEMANA 2

06/02

<u>13/02</u>

20/02

CAFÉ	DA	1AM	NHÃ:	
VITAMIN	A D	E AI	BAC	ATE

REFEIÇÃO: MACARRÃO À BOLONHESA (C/ CARNE MOÍDA)

FRUTA: **MELÃO**

CAFÉ DA MANHÃ: **VITAMINA DE AMENDOIM**

REFEIÇÃO: MACARRÃO À BOLONHESA (C/ CARNE MOÍDA) FRUTA:

MAÇÃ

<u>14/02</u> CAFÉ DA MANHÃ:

BISCOITO ÁGUA E SAL + CHÁ

FRUTA:

RECESSO

07/02

CAFÉ DA MANHÃ: **BISCOITO ROSQUINHA + SUCO DE** CAJU

REFEIÇÃO:

ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FAROFA DE CARNE SUÍNA COM CEBOLA, CENOURA E CHEIRO VERDE

MATE REFEIÇÃO: ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FAROFA DE CARNE **BOVINA DESFIADA, CENOURA,** PIMENTÃO, CEBOLA, CHEIRO **VERDE**

FERIADO

21/02

FRUTA:

MAÇÃ 08/02

CAFÉ DA MANHÃ:

REFEIÇÃO:

COM BETERRABA

MAÇÃ <u>15/02</u>

CAFÉ DA MANHÃ: **BOLO DE CENOURA + CHÁ MATE**

BOLO DE LIMÃO + CHÁ MATE

REFEIÇÃO: ARROZ BRANCO, FEIJÃO ARROZ BRANCO, FEIJÃO **CARIOCA, INHAME REFOGADO** CARIOCA, FRANGO COM BATATA COM CARNE SUÍNA, SALADA DE INGLESA E SALADA DE RÚCULA **ACELGA COM TOMATE**

RECESSO

22/02

FRUTA: PÊRA

09/02 CAFÉ DA MANHÃ:

IOGURTE

REFEIÇÃO: ARROZ BRANCO, FEIJÃO **CARIOCA, FRANGO COM** ABOBRINHA, SALADA DE **ALFACE E TOMATE**

> **FRUTA: BANANA**

16/02 CAFÉ DA MANHÃ: **BISCOITO ROSQUINHA+ LEITE**

COM RASPAS DE LARANJA REFEIÇÃO:

FRUTA:

MELÃO

ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE BOVINA COM **ABOBRINHA E TOMATE E SALADA DE ALFACE**

RECESSO

23/02

FRUTA: PÊRA

CAFÉ DA MANHÃ: VITAMINA DE MAÇÃ

REFEIÇÃO:

ARROZ BRANCO, TUTU DE FEIJÃO

CARIOCA C/ CARNE SUÍNA E

OVOS, SALADA DE COUVE E

TOMATE

<u>17/02</u> CAFÉ DA MANHÃ: **VITAMINA DE BANANA**

REFEIÇÃO: ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA C/ CARNE SUÍNA, **VINAGRETE DE REPOLHO** (REPOLHO, TOMATE, CEBOLA,

CHEIRO VERDE)

SUCO: **MARACUJÁ** **RECESSO**

arina Marcolino Braga **Nutricionista**

CRN9 21836

24/02

SUCO: UVA 28/02

CAFÉ DA MANHÃ: VITAMINA DE MAÇÃ

REFEIÇÃO:

ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA **C/ CARNE BOVINA COM** MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA COZIDA

> FRUTA: PÊRA

		INFOF	RMAÇÃO NUTR	ICIONAL – MÉD	IA SEMANAL	
	MODALIDADE	KCAL	PROTEÍNA (G)	GORDURA (G)	CARBOIDRATO (G)	SÓDIO (MG)
	INFANTIL E FUNDAMENTAL - SÉRIES INICIAIS	349,23	13,0	8,5	62,0	508,09
	FUNDAMENTAL - SÉRIES FINAIS E EJA	476,6	18,5	11,5	83,5	746,17





27/02

CAFÉ DA MANHÃ: **BISCOITO ÁGUA E SAL + LEITE**

QUEIMADINHO

REFEIÇÃO: MACARRÃO À BOLONHESA (C/

CARNE MOÍDA)

FRUTA: MAÇÃ