

4a 5 anos

Steven R. Leonard Bonded:

|                   | SEGUNDA-FEIRA<br>05/06/2023              | TERÇA-FEIRA<br>06/06/2023                                                                                                                                   | QUARTA-FEIRA<br>07/06/2023                                                                                              | QUINTA-FEIRA<br>08/06/2023                                                                                                                             | SEXTA-FEIRA<br>09/06/2023                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| M<br>A<br>N<br>HÃ | CAFÉ DA<br>MANHÃ<br><br>Das 6h50 às 7h10 | 4 unidades de biscoito tipo<br>rosquinha (20g)<br>(sabor: chocolate)<br>+<br>150ml de leite integral adoçado<br>(150ml de leite em pó + 10,5g de<br>açúcar) | 1 unidade média de banana (100g)<br>+<br>150ml de leite integral adoçado<br>(150ml de leite em pó + 10,5g de<br>açúcar) | 4 unidades de biscoito tipo<br>rosquinha (20g)<br>(sabor: coco)<br>+<br>150ml de leite integral adoçado<br>(150ml de leite em pó + 10,5g de<br>açúcar) | FERIADO<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br> |

| T A R D E                       | LANCHE I<br>Das 12h50 às 13h                                                                                            |                                                                                                                                    |                                                                                                                              |         |                  |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------|
|                                 | 5 unidades de biscoito tipo rosquinha (25g)<br>(sabor: chocolate)                                                       | 1 unidade média de banana (100g)                                                                                                   | 1 unidade média de maçã (100g)                                                                                               | FERIADO | PONTE DO FERIADO |
| LANCHE II<br>A partir das 15h15 | 80g de Macarronada<br>(50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) | 40g Estrogonofe de frango<br>(15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g extrato de tomate)<br>+<br>70g de arroz branco | Pão com carne moída bovina<br>(1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) | FERIADO | PONTE DO FERIADO |
|                                 |                                                                                                                         |                                                                                                                                    |                                                                                                                              |         |                  |

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Junho / 2023

# CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL

4 a 5 anos

*Cláudia R. Domingos Bernardi*

|           | SEGUNDA-FEIRA<br>12/06/2023                                                                                          | TERÇA-FEIRA<br>13/06/2023                                                                                                                 | QUARTA-FEIRA<br>14/06/2023                                                                                                                                 | QUINTA-FEIRA<br>15/06/2023                                                                                                                                                                              | SEXTA-FEIRA<br>16/06/2023                                                                                                                                                                    |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| M A N H Ã | CAFÉ DA MANHÃ<br>Das 6h50 às 7h10                                                                                    | 4 unidades de biscoito tipo rosquinha (20g) (sabor: chocolate) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar) | 1 unidade média de banana (100g) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                                                | 4 unidades de biscoito tipo rosquinha (20g) (sabor: coco) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                                                                    | 1 unidade média de banana (100g) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                                                                                  |
|           | 80g de Macarronada (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) | 80g de Galinhada (50g arroz branco com 30g frango em cubos com cenoura) + 40g de feijão carioca + 1 unidade média de banana (100g)        | Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) + 1 unidade média de maçã (100g) | 80g de Sopa de macarrão com carne e legumes (25g de macarrão parafuso com 15g de carne moída, 10g de batata, 15g de cenoura e 15g de caldo de feijão carioca batido) + 1 unidade média de banana (100g) | 80g Arroz com carne moída e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída e 10g cenoura) + 40g de feijão carioca                                                                          |
| T A R D E | LANCHE I<br>A partir das 9h25                                                                                        | 5 unidades de biscoito tipo rosquinha (25g) (sabor: coco)                                                                                 | 1 unidade média de banana (100g)                                                                                                                           | 1 unidade média de maçã (100g)                                                                                                                                                                          | 1 unidade média de maçã (100g)                                                                                                                                                               |
|           | LANCHE II<br>A partir das 15h15                                                                                      | 80g de Macarronada (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)                      | 80g de Galinhada (50g arroz branco com 30g frango em cubos com cenoura) + 40g de feijão carioca                                                            | Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)                                                                               | 80g de Sopa de macarrão com carne e legumes (25g de macarrão parafuso com 15g de carne moída, 10g de batata, 15g de cenoura e 15g de caldo de feijão carioca batido) + 40g de feijão carioca |

## COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

| PERÍODO | ENERGIA (KCAL) | CARBOIDRATO (g) (55 a 65% do VET) |        | PROTEÍNA (g) (10 a 15% do VET) |        | LÍPIDEO (g) (25 a 35% do VET) |        | SÓDIO (mg) |
|---------|----------------|-----------------------------------|--------|--------------------------------|--------|-------------------------------|--------|------------|
| MANHÃ   | 436 kcal       | 69 g                              | 63,0 % | 14,2 g                         | 13,1 % | 12,6 g                        | 26,4%  | 867,9 mg   |
| TARDE   | 354,7 kcal     | 51,6 g                            | 58,8 % | 8,8 g                          | 10,0 % | 10,3 g                        | 26,9 % | 762,2 mg   |

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Nutricionista: Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN - 3 58793



# CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL

4 a 5 anos

*Cláudio H. L. Domingos Bernardes*

|           | SEGUNDA-FEIRA<br>19/06/2023       | TERÇA-FEIRA<br>20/06/2023                                                                                                                 | QUARTA-FEIRA<br>21/06/2023                                                                                                         | QUINTA-FEIRA<br>22/06/2023                                                                                                                                 | SEXTA-FEIRA<br>23/06/2023                                                                                                                      |
|-----------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| M A N H Ã | CAFÉ DA MANHÃ<br>Das 6h50 às 7h10 | 4 unidades de biscoito tipo rosquinha (20g) (sabor: chocolate) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar) | 1 unidade média de banana (100g) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                        | 4 unidades de biscoito tipo rosquinha (20g) (sabor: coco) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                       | 1 unidade média de banana (100g) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                                    |
|           | LANCHE I<br>A partir das 9h25     | 80g de Macarronada (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)                      | 80g de Galinhada (50g arroz branco com 30g frango em cubos com cenoura) + 40g de feijão carioca + 1 unidade média de banana (100g) | Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) + 1 unidade média de maçã (100g) | 90g Carijá de frango com legumes (50g arroz branco com 10g de cenoura, 10g de batata e 20g frango em cubos) + 1 unidade média de banana (100g) |

|           |                                 |                                                                                                                      |                                                                                                 |                                                                                                                           |                                                                                                             |                                                                                                                     |
|-----------|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| T A R D E | LANCHE I<br>Das 12h50 às 13h    | 5 unidades de biscoito tipo rosquinha (25g) (sabor: chocolate)                                                       | 1 unidade média de banana (100g)                                                                | 1 unidade média de maçã (100g)                                                                                            | 1 unidade média de banana (100g)                                                                            | 1 unidade média de maçã (100g)                                                                                      |
|           | LANCHE II<br>A partir das 15h15 | 80g de Macarronada (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) | 80g de Galinhada (50g arroz branco com 30g frango em cubos com cenoura) + 40g de feijão carioca | Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) | 90g Carijá de frango com legumes (50g arroz branco com 10g de cenoura, 10g de batata e 20g frango em cubos) | 80g Arroz com carne moída e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída e 10g cenoura) + 40g de feijão carioca |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) |                   |                                      |        |                                   |                                  |            |        |          |
|----------------------------------------|-------------------|--------------------------------------|--------|-----------------------------------|----------------------------------|------------|--------|----------|
| PERÍODO                                | ENERGIA<br>(KCAL) | CARBOIDRATO (g)<br>(55 a 65% do VET) |        | PROTEÍNA (g)<br>(10 a 15% do VET) | LÍPIDEO (g)<br>(25 a 35% do VET) | SÓDIO (mg) |        |          |
| MANHÃ                                  | 434,4 kcal        | 69,6 g                               | 63,6 % | 13,5 g                            | 12,5 %                           | 12,6 g     | 26,3 % | 869,8 mg |
| TARDE                                  | 326 kcal          | 52,6 g                               | 63,8%  | 8,3 g                             | 10,2 %                           | 10,3 g     | 29,0 % | 764,6 mg |

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável  
Nutricionista: Cleonice Ramos Domingos Bernardes, CRN- 3 58793

4a 5 anos

PERÍODO PARCIAL

Junho / 2023

Cláudia R. Oliveira Bernardes

|           | SEGUNDA-FEIRA<br>26/06/2023                                                                                          | TERÇA-FEIRA<br>27/06/2023                                                                                                                 | QUARTA-FEIRA<br>28/06/2023                                                                                                                                 | QUINTA-FEIRA<br>29/06/2023                                                                                                                                                 | SEXTA-FEIRA<br>30/06/2023                                                                                                                   |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| M A N H Ã | CAFÉ DA MANHÃ<br>Das 6h50 às 7h10                                                                                    | 4 unidades de biscoito tipo rosquinha (20g) (sabor: chocolate) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar) | 1 unidade média de banana (100g) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                                                | 4 unidades de biscoito tipo rosquinha (20g) (sabor: coco) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                                       | 1 unidade média de banana (100g) + 150ml de leite integral adoçado (150ml de leite em pó + 10,5g de açúcar)                                 |
|           | 80g de Macarronada (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) | 80g de Galinhada (50g arroz branco com 30g frango em cubos com cenoura) + 40g de feijão carioca + 1 unidade média de banana (100g)        | Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) + 1 unidade média de maçã (100g) | 50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 50g de arroz com cenoura + 1 unidade média de banana (100g) | 70g de arroz doce (35g arroz branco com 25ml de leite e 10g de açúcar caramelizado) + Pipoca (20g de milho de pipoca + 5ml de óleo de soja) |
|           | LANCHE I<br>A partir das 9h25                                                                                        |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                             |
| T A R D E | LANCHE I<br>Das 12h50 às 13h                                                                                         | 5 unidades de biscoito tipo rosquinha (25g) (sabor: coco)                                                                                 | 1 unidade média de banana (100g)                                                                                                                           | 1 unidade média de maçã (100g)                                                                                                                                             | 1 unidade média de banana (100g)                                                                                                            |
|           | LANCHE II<br>A partir das 15h15                                                                                      | 80g de Macarronada (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)                      | 80g de Galinhada (50g arroz branco com 30g frango em cubos com cenoura) + 40g de feijão carioca                                                            | Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g carne moída bovina, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)                                                  | 50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) + 50g de arroz com cenoura     |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) |                |                                   |                                |                               |
|----------------------------------------|----------------|-----------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| PERÍODO                                | ENERGIA (KCAL) | CARBOIDRATO (g) (55 a 65% do VET) | PROTEÍNA (g) (10 a 15% do VET) | LIPÍDEO (g) (25 a 35% do VET) |
| MANHÃ                                  | 450 kcal       | 73,2 g                            | 64,7 %                         | 12,9 g                        |
| TARDE                                  | 332,8 kcal     | 55,4 g                            | 66,2 %                         | 10,1 g                        |

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Nutricionista: Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN- 3 58793