



## 4 a 5 anos

## **AGOSTO / 2024**

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
OLIVI.	AIVA I	05/08/2024	06/08/2024	07/08/2024	08/08/2024	09/08/2024
	CAFÉ DA	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo cream cracker	
MANHÃ	MANHÃ De 6h50 às 7h10	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	
		80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)		Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	80g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura e 20g frango em cubos)	
	LANCHE I A partir de 9h25		50g de arroz branco	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	
			1 unidade média de maçã (115g)			
	LANCHE I De 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	
TARDE	LANCHE II	80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)		Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	80g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura e 20g frango em cubos)	
	A partir de 15h15		(50g de arroz branco com 5g de cenoura)	1 unidade média de banana (110g)		

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.

SENO DA MERENDA ESCOLA Janone.





## 4 a 5 anos

#### **AGOSTO / 2024**

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA	EGUNDA-FEIRA TERÇA-FEIRA		QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
OLIV		12/08/2024	13/08/2024	14/08/2024	15/08/2024	16/08/2024
	CAFÉ DA	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo cream cracker	1 unidade média de maçã (115g)
MANHÃ	<b>MANHÃ</b> De 6h50 às 7h10	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
	LANCHE	80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate)	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	80g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura e 20g frango em cubos)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
	LANCHE I A partir de 9h25		50g de arroz branco	40g de feijão carioca	1 unidade média de maçã (115g)	
			1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)		
	LANCHE I De 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	5 unidades biscoito tipo maisena
TARDE	LANCHE II	80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate)	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	80g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura e 20g frango em cubos)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
	A partir de 15h15		50g de arroz branco	40g de feijão carioca		
				1 unidade média de banana (110g)		
Oha	musaão. O as estás	nio só poderá ser modificado com autorizac				and the second s

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.

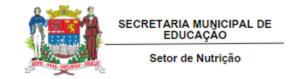




## 4 a 5 anos

## **AGOSTO / 2024**

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
OL.		19/08/2024	20/08/2024	21/08/2024	22/08/2024	23/08/2024
	CAFÉ DA	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo cream cracker	1 unidade média de maçã (115g)
MANHÃ	MANHÃ De 6h50 às 7h10	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
	à LANCHE I	80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)	de tomate)	Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate)	100g macarrão com frango desfiado (70g de macarrão parafuso cozido com 20g de frango desfiado, 10g cenoura ralada e 10g molho de tomate)
	A partir de 9h25		55g de arroz com cenoura (50g de arroz branco com 5g de cenoura)	1 unidade média de banana (110g)	50g de arroz branco	
			1 unidade média de maçã (115g)		1 unidade média de maçã (115g)	
	LANCHE I De 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	5 unidades biscoito tipo maisena
TARD	LANCHE II A partir de 15h15	80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)		Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 50g de arroz branco	100g macarrão com frango desfiado (70g de macarrão parafuso cozido com 20g de frango desfiado, 10g cenoura ralada e 10g molho de tomate)





## 4 a 5 anos

## **AGOSTO / 2024**

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SLIVIA	-117/- <del>-7</del>	26/08/2024	27/08/2024	28/08/2024	29/08/2024	30/08/2024
	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10  This de lette com cacau e açucar (150ml de lette em pó + 1,5g de cacau em pó + 3q de açúcar)  5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate		150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de acúcar) 1 unidade média de banana (110g)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 5 unidades biscoito tipo cream cracker	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 1 unidade média de maçã (115g)
MANHÃ		80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos)	80g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura e 20g frango em cubos)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
	LANCHE I A partir de 9h25		50g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	55g de arroz com cenoura (50g de arroz branco com 5g de cenoura) 1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	
	LANCHE I De 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	5 unidades biscoito tipo maisena
TARDE		80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem, 5g milho)	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 branco	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos)  55g de arroz com cenoura (50g de arroz branco com 5g de cenoura)  1 unidade média de banana (110g)	80g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura e 20g frango em cubos)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
		in a formation and the same of the con-		ostá sujoito a altorações conforme a nontua	[.]	

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.

# COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

MANHÃ								
SEMANA	ENERGIA (KCAL)		DRATOS % do VET)		EÍNAS ⁄₀ do VET)	LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)	SÓDIO (mg)	
Semana 1	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.							
Semana 2	399,45 kcal	61,16 g	61,25 %	14,81 g	14,83 %	11,57 g 26,07 %	702,70 mg	
Semana 3	408,04 kcal	64,19 g	62,92 %	13,29 g	13,03 %	11,85 g 26,14 %	786,45 mg	
Semana 4	413,82 kcal	60,68 g	58,66 %	16,14 g	15,60 %	12,75 g 27,73 %	768,31 mg	
Semana 5	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.							

TARDE									
SEMANA	ENERGIA (KCAL)		DRATOS % do VET)		EÍNAS % do VET)		DIOS % do VET)	SÓDIO (mg)	
Semana 1	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.								
Semana 2	252,05 kcal	43,91 g	69,69 %	9,23 g	14,64 %	5,01 g	17,87 %	604,87 mg	
Semana 3	238,05 kcal	40,96 g	68,83 %	7,41 g	12,45 %	5,27 g	19,93 %	670,48 mg	
Semana 4	266,42 kcal	43,43 g	65,20 %	10,55 g	15,84 %	6,18 g	20,89 %	653,42 mg	
Semana 5	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.								