



**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 17 a 21 de junho de 2024**

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	17/06/24	18/06/24	19/06/24	20/06/24	21/06/24
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Fruta	Suco de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho
<b>Lanche</b>	Suco de frutas Bolo de frutas	Salada de frutas c/ aveia	Mousse de chocolate (cacau em pó e frutas)	Suco de fruta Biscoito de polvilho	Vitamina de frutas Pão de feculento
<b>Jantar</b>	Salada de legume vit. A cozido Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A Fruta	Canja (arroz, feculento, legume vit. A) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	891,29 kcal	139,87g	39,37g	19,37g	

**PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)**

	<b>17/06/24</b>	<b>18/06/24</b>	<b>19/06/24</b>	<b>20/06/24</b>	<b>21/06/24</b>
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Biscoito	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Canjica Fruta	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Biscoito
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Bolo de frutas	Salada de frutas c/ aveia	Mousse de chocolate (cacau em pó e frutas)	Suco de frutas Biscoito	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Jantar</b>	Salada de legume vit. A cozido Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A Fruta	Canja (arroz, feculento, legume vit. A) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	986,29 kcal	160,29g	42,25g	19,57g	

**PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)**

	<b>17/06/24</b>	<b>18/06/24</b>	<b>19/06/24</b>	<b>20/06/24</b>	<b>21/06/24</b>
<b>Lanche A (BII e MI)</b>	Vitamina de frutas Fruta	Suco de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
<b>LANCHE (MII, JD, PRÉ)</b>	Vitamina de frutas Biscoito	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor	Canjica Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Biscoito
<b>ALMOÇO</b>	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho
<b>LANCHE (BII e MI)</b>	Suco de frutas Bolo de frutas	Salada de frutas c/ aveia	Mousse de chocolate (cacau em pó e frutas)	Suco de fruta Biscoito de polvilho	Vitamina de frutas Pão de feculento
<b>LANCHE (MII, JD, PRÉ)</b>				Suco de fruta Biscoito	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
<b>JANTAR</b>	Salada de legume vit. A cozido Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A Fruta	Canja (arroz, feculento, legume vit. A) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	891,29 kcal	139,87g	39,37g	19,37g	<b>CRECHES 1 a 3 anos</b>
	986,29 kcal	160,29g	42,25g	19,57g	<b>EME/PI a partir de 3 anos</b>

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	17/06/24	18/06/24	19/06/24	20/06/24	21/06/24
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Biscoito	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Canjica Fruta	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Biscoito
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Bolo de frutas	Leite batido c/ fruta Biscoito	Suco de fruta Torta de legumes	Suco de fruta Biscoito	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	1216,83 kcal	188,21g	47,98g	30,23g	<b>EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos</b>
	1521,03 kcal	235,26g	59,97g	37,78g	<b>EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos</b>

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	17/06/24	18/06/24	19/06/24	20/06/24	21/06/24
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Biscoito	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Canjica Fruta	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	939,56 kcal	150,37g	41,95g	18,92g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	17/06/24	18/06/24	19/06/24	20/06/24	21/06/24
<b>Jantar</b>	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Creme de milho
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	656,73 kcal	106,32g	35,07g	10,13g	

OBS 1: Cardápio sujeito à alteração de acordo com a disponibilidade de gêneros e safra.

OBS 2: Este cardápio poderá ser alterado pelo nutricionista de cada Unidade Escolar, caso haja necessidade.

Responsável Técnica: Sofia Bonna Boschetti Barbosa CRN 3 - 10.903