

SEMANA 01



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
BERÇÁRIO A (6 MESES A 11 MESES)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/06	06/06	07/06	08/06	09/06
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA MANHÃ	– Fruta	– Fruta	– Fruta		– Fruta
ALMOÇO	– Arroz – Feijão preto – Molho de frango – Massa caseira – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão carioca – Guisado de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Lombo suíno – Aipim – Salada crua e cozida	FERIADO CORPUS CHRISTI	– Arroz – Lentilha – Frango – Batata doce – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA TARDE 2	– Papa de frutas	– Papa de frutas	– Papa de frutas		– Papa de frutas
JANTAR	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida		– Sopa de feijão – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
(Média semanal)	479,21kcal	16g	14g	73g	181,25mg	4,68mg	474,40mg	41,86mg
		13%	26%	61%				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
BERÇÁRIO B/ MATERNAL A (1 A 3 ANOS)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/06	06/06	07/06	08/06	09/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite com cacau – Biscoito caseiro – Fruta	– Leite – Pão de milho com manteiga – Fruta	– Leite – Pão de moranga com doce de fruta sem açúcar – Fruta		– Leite com cacau – Pão de cenoura – Fruta
ALMOÇO	– Arroz – Feijão preto – Molho de frango – Massa caseira – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão carioca – Guisado de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Lombo suíno – Aipim – Salada crua e cozida	FERIADO CORPUS CHRISTI	– Arroz – Lentilha – Frango – Batata doce – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas		– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida		– Sopa de feijão – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (Média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
	709,89kcal	27g	20g	106g	349,80mg	5,00mg	781,48mg	38,82mg
		15%	25%	60%				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O • EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
DEMAIS TURMAS (PRÉ- ESCOLA)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/06	06/06	07/06	08/06	09/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite com cacau – Biscoito caseiro – Fruta	– Café com leite – Pão de milho com manteiga – Fruta	– Café com leite – Pão de moranga com doce de fruta – Fruta		– Leite com cacau – Pão de cenoura – Fruta
ALMOÇO	– Arroz – Feijão preto – Molho de frango – Massa caseira – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão carioca – Guisado de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Lombo suíno – Aipim – Salada crua e cozida	FERIADO CORPUS CHRISTI	– Arroz – Lentilha – Frango – Batata doce – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas		– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida		– Sopa de feijão – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
(Média semanal)	948,30kcal	35g	26g	143g	709,14mg
		15%	25%	60%	

SEMANA 02



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

C A R D Á P I O · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA

BERÇÁRIO A (6 MESES A 11 MESES)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/06	13/06	14/06	15/06	16/06
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA MANHÃ	– Fruta	– Fruta	– Fruta	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO	– Sopa de feijão – Ovo cozido – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão preto – Strogonoff de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida	– Arroz – Lentilha – Frango com molho – Polenta – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão carioca – Lombo suíno – Batata doce – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango – Aipim – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA TARDE 2	– Papa de frutas	– Papa de frutas	– Papa de frutas	– Papa de frutas	– Papa de frutas
JANTAR	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Sopa de lentilha – Salada crua e cozida	– Purê de batata com molho de rês – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
(Média semanal)	478,75kcal	16g	14g	72g	181,23mg	4,67mg	309,89mg	46,45mg
		13%	26%	61%				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O • EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
BERÇÁRIO B/ MATERNAL A (1 A 3 ANOS)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/06	13/06	14/06	15/06	16/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite com cacau – Biscoito salgado com requeijão – Fruta	– Leite – Pão integral com manteiga – Fruta	– Leite com cacau – Pão de cenoura – Fruta	– Leite – Pão de moranga com doce de fruta sem açúcar – Fruta	– Leite com cacau – Pão integral com requeijão – Fruta
ALMOÇO	– Sopa de feijão – Ovo cozido – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão preto – Strogonoff de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida	– Arroz – Lentilha – Frango com molho – Polenta – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão carioca – Lombo suíno – Batata doce – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango – Aipim – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Sopa de lentilha – Salada crua e cozida	– Pizza de rês

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
(Média semanal)	708,62kcal	28g	20g	103g	353,43mg	4,55mg	529,04mg	45,93mg
		16%	26%	58%				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
DEMAIS TURMAS (PRÉ- ESCOLA)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/06	13/06	14/06	15/06	16/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite com cacau – Biscoito salgado com requeijão – Fruta	– Café com leite – Pão integral com manteiga – Fruta	– Leite com cacau – Pão de cenoura – Fruta	– Café com leite – Pão de moranga com doce de fruta – Fruta	– Leite com cacau – Pão integral com melado – Fruta
ALMOÇO	– Sopa de feijão – Ovo cozido – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão preto – Strogonoff de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida	– Arroz – Lentilha – Frango com molho – Polenta – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão carioca – Lombo suíno – Batata doce – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango – Aipim – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Sopa de lentilha – Salada crua e cozida	– Pizza de rês

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (Média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
	946,11kcal	34g	27g	141g	762,30mg
		14%	26%	60%	

SEMANA 03



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
BERÇÁRIO A (6 MESES A 11 MESES)



CRN-2 9801
Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/06	20/06	21/06	22/06	23/06
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA MANHÃ	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta
ALMOÇO	- Arroz - Lentilha - Moída de rês - Batata doce - Salada crua e cozida	- Arroz colorido - Feijão preto - Frango - Batata refogada - Salada crua e cozida	- Arroz colorido - Feijão preto - Lombo suíno - Aipim - Salada crua e cozida	- Arroz integral - Feijão carioca - Moída de rês - Massa cabelo de anjo - Salada crua e cozida	- Arroz - Feijão preto - Frango com molho - Polenta - Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA TARDE 2	- Papa de frutas	- Papa de frutas	- Papa de frutas	- Papa de frutas	- Papa de frutas
JANTAR	- Polenta com molho de frango - Salada crua e cozida	- Carreteiro - Salada crua e cozida	- Sopa de feijão - Salada crua e cozida	- Galinhada - Salada crua e cozida	- Purê de batata com molho de rês - Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
(Média semanal)	478,24kcal	16g	14g	73g	182,23mg	4,55mg	399,65mg	45,29mg
		13%	26%	61%				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
BERÇÁRIO B/ MATERNAL A (1 A 3 ANOS)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/06	20/06	21/06	22/06	23/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite com cacau – Biscoito salgado com requeijão – Fruta	– Leite – Pão integral com doce de fruta sem açúcar – Fruta	– Leite com cacau – Pão integral com manteiga – Fruta	– Leite – Pão com melado – Fruta	– Leite com cacau – Pão de milho – Fruta
ALMOÇO	– Arroz – Lentilha – Carne de panela – Aipim – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Frango – Batata refogada – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Lombo suíno – Aipim – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão carioca – Panqueca de rês – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango com molho – Polenta – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Sopa de feijão – Salada crua e cozida	– Sanduíche natural	– Purê de batata com molho de rês – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
(Média semanal)	708,70kcal	29g	20g	104g	348,38mg	4,62mg	276,12mg	46,31mg
		16%	25%	58%				

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/06	20/06	21/06	22/06	23/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite com cacau – Biscoito salgado com requeijão – Fruta	– Leite – Pão integral com doce de fruta sem açúcar – Fruta	– Leite com cacau – Pão integral com manteiga – Fruta	– Leite – Pão com melado – Fruta	– Leite com cacau – Pão de milho – Fruta
ALMOÇO	– Arroz – Lentilha – Carne de panela – Aipim – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Frango – Batata refogada – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Lombo suíno – Aipim – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão carioca – Panqueca de rês – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango com molho – Polenta – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Polenta com molho de frango – Salada crua e cozida	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Sopa de feijão – Salada crua e cozida	– Sanduíche natural	– Purê de batata com molho de rês – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
(Média semanal)	948,38kcal	33g	28g	141g	756,43mg
		14%	26%	59%	

SEMANA 04



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O • EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
BERÇÁRIO A (6 MESES A 11 MESES)



CRN-2 9801
Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/06	27/06	28/06	29/06	30/06
CAFÉ DA MANHÃ	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA MANHÃ	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta
ALMOÇO	- Arroz - Lentilha - Polenta - Guisado com molho - Salada crua e cozida	- Arroz colorido - Feijão carioca - Lombo suíno - Aipim - Salada crua e cozida	- Arroz - Feijão preto - Frango - Batata doce - Salada crua e cozida	- Arroz - Feijão preto - Moída de rês - Moranga - Salada crua e cozida	- Sopa de feijão - Ovo cozido - Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	Fórmula infantil 2 (150ml a 210ml*) ou leite materno em livre demanda.				
LANCHE DA TARDE 2	- Papa de frutas	- Papa de frutas	- Papa de frutas	- Papa de frutas	- Papa de frutas
JANTAR	- Galinhada - Salada crua e cozida	- Carreteiro - Salada crua e cozida	- Sopa de lentilha - Salada crua e cozida	- Polenta com molho de frango - Salada crua e cozida	- Massa com molho de frango - Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
(Média semanal)	478,30kcal	16g	14g	73g	182,38mg	4,59mg	313,27mg	43,91mg
		13%	26%	61%				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
BERÇÁRIO B/ MATERNAL A (1 A 3 ANOS)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/06	27/06	28/06	29/06	30/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite – Biscoito salgado – Fruta	– Leite com cacau – Pão integral com manteiga – Fruta	– Leite – Pão de aipim com doce de fruta sem açúcar – Fruta	– Leite – Pão com manteiga – Fruta	– Leite – Biscoito caseiro – Fruta
ALMOÇO	– Arroz – Lentilha – Polenta – Guisado com molho – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão carioca – Lombo suíno – Aipim com farofa – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango – Batata doce – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Carne de panela – Moranga com milho – Salada crua e cozida	– Sopa de feijão – Pastel de rês – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Sopa de lentilha – Salada crua e cozida	– Rosquinha	– Massa com molho de frango – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)
(Média semanal)	709,04kcal	28g	20g	104g	349,64mg	4,55mg	432,48mg	43,08mg
		16%	25%	59%				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
C A R D Á P I O · EMEI CRIANÇA ESPERANÇA
DEMAIS TURMAS (PRÉ- ESCOLA)



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

JUNHO/2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/06	27/06	28/06	29/06	30/06
CAFÉ DA MANHÃ	– Leite – Biscoito salgado – Fruta	– Leite com cacau – Pão integral com manteiga – Fruta	– Leite – Pão de aipim com doce de fruta sem açúcar – Fruta	– Leite – Pão com manteiga – Fruta	– Leite – Biscoito caseiro – Fruta
ALMOÇO	– Arroz – Lentilha – Polenta – Guisado com molho – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão carioca – Lombo suíno – Aipim com farofa – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango – Batata doce – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Carne de panela – Moranga com milho – Salada crua e cozida	– Sopa de feijão – Pastel de rês – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 1	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas	– Frutas
LANCHE DA TARDE 2	– Galinhada – Salada crua e cozida	– Carreteiro – Salada crua e cozida	– Sopa de lentilha – Salada crua e cozida	– Rosquinha	– Massa com molho de frango – Salada crua e cozida

Obs: Cardápio sujeito à alterações. O cardápio respeita a individualidade e a fase de cada criança.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (Média semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
	946,68kcal	32g	30g	138g	680,10mg
		14%	28%	58%	