



CARDÁPIO 8										
PRÉ ESCOLA										
ALMOÇO MANHÃ/TARDE										
Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013										
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 04/11/2024	TERÇA-FEIRA 05/11/2024	QUARTA-FEIRA 06/11/2024	QUINTA-FEIRA 07/11/2024	SEXTA-FEIRA 08/11/2024					
ALMOÇO	ARROZ BOBÓ DE FRANGO (creme de mandioca, frango, pimentão verde e cheiro verde)	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM BATATA DOCE E PIMENTÃO SALADA DE REPOLHO	ARROZ CARNE MOIDA COM MANDIOQUINHA E TOMATE BANANA	MACARRÃO AO MOLHO ROSÉ (molho branco, molho de tomate e frango) SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída e cheiro verde) LARANJA					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)										
Energia (Kcal)	320		Carboidratos (g)	44	Proteínas (g)	17	Gorduras Totais (g)	7	Fibras (g)	7,5
VITAMINAS										
Vitamina A	825									
Vitamina C (mg)	92									
MINERAIS										
Calcio (mg)	52									
Ferro (mg)	3,2									
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 11/11/2024	TERÇA-FEIRA 12/11/2024	QUARTA-FEIRA 13/11/2024	QUINTA-FEIRA 14/11/2024	SEXTA-FEIRA 15/11/2024					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BATATA DOCE E TOMATE SALADA DE PEPINO	MACARRÃO COM SALSICHA (molho de tomate e salsicha) SALADA DE ACELGA	ARROZ FRANGO COM CHUCHU E CENOURA LARANJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOQUINHA E ABOBRINHA BANANA	FERIADO					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)										
Energia (Kcal)	320		Carboidratos (g)	44	Proteínas (g)	17	Gorduras Totais (g)	7	Fibras (g)	7,5
VITAMINAS										
Vitamina A	825									
Vitamina C (mg)	92									
MINERAIS										
Calcio (mg)	52									
Ferro (mg)	3,2									

Marcos A. Cesar Jr.
Nutricionista
CRN 77638/P



CARDÁPIO 8

PRÉ ESCOLA

ALMOÇO MANHÃ/TARDE

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 18/11/2024	TERÇA-FEIRA 19/11/2024	QUARTA-FEIRA 20/11/2024	QUINTA-FEIRA 21/11/2024	SEXTA-FEIRA 22/11/2024
ALMOÇO	ARROZ JARDINEIRA DE CARNE (molho de tomate, carne moída e cheiro verde) SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJOÃO FRANGO AO CREME DE MILHO COM CENOURA LARANJA	FERIADO	ARROZ TUTU DE FEIJOÃO (feijão, farinha de milho, pernil íscas e cheiro verde) BANANA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) SALADA DE ACELGA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	44		17	7,5	
VITAMINAS					
Vitamina A	92		52		Ferro (mg)
825	92		52		3,2
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	44		17	7,5	
VITAMINAS					
Vitamina A	92		52		Ferro (mg)
825	92		52		3,2

Marcos A. Ceza
Nutricionista
CRN 77638/P