

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 03/02/2025	TERÇA-FEIRA 04/02/2025	QUARTA-FEIRA 05/02/2025	QUINTA-FEIRA 06/02/2025	SEXTA-FEIRA 07/02/2025				
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 FRANGO MOÍDA 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)	Carboidratos (g)					Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)	
320	44					17	7	7,5	
VITAMINAS						MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)					Cálcio (mg)			Ferro (mg)
825	92					52			3,2
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 10/02/2025	TERÇA-FEIRA 11/02/2025	QUARTA-FEIRA 12/02/2025	QUINTA-FEIRA 13/02/2025	SEXTA-FEIRA 14/02/2025				
ALMOÇO	ARROZ FRANGO COM BATATA DOCE E TOMATE SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM MANDIOQUINHA E TOMATE	ARROZ FRANGO COM CHUCHU E CENOURA LARANJA	ARROZ FEIJÃO PERNIL COM MANDIOQUINHA E ABORRINHA BANANA	MACARRÃO COM SALSICHA (molho de tomate e salsicha) SALADA DE ACELGA				
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)									
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)					Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)	
320	44					17	7	7,5	
VITAMINAS						MINERAIS			
Vitamina A	Vitamina C (mg)					Cálcio (mg)			Ferro (mg)
825	92					52			3,2

Marcos A. Cezar Jr.
Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 77638/P

CARDÁPIO 8

PRÉ ESCOLA

ALMOÇO MANHÃ/TARDE

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 17/02/2025	TERÇA-FEIRA 18/02/2025	QUARTA-FEIRA 19/02/2025	QUINTA-FEIRA 20/02/2025	SEXTA-FEIRA 21/02/2025
ALMOÇO	ARROZ JARDINEIRA DE CARNE (molho de tomate, carne moída e cheiro verde) SALADA DE REPOLHO	ARROZ FRANGO AO CREME DE MILHO COM CENOURA LARANJA	ARROZ FEIJO CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHUCHU LARANJA	ARROZ TUTU DE FEIJO (feijão, farinha de milho, pernil fscas e cheiro verde) BANANA	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) SALADA DE ALFACE
	ARROZ FEIJO CARNE MOÍDA COM CHUCHU E TOMATE	POLENTA AO MOLHO DE FRANGO (molho de tomate e frango) SALADA DE ESCAROLA	ARROZ CARNE MOÍDA COM ABOBORA MORANGA E INHAME BANANA	ARROZ FEIJOADINHA (feijão preto e pernil cubos) SALADA DE COUVE	ARROZ FRANGO COM MANDIOCA, CENOURA E TOMATE LARANJA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
320		44	17	7	7,5
VITAMINAS					
Vitamina A		Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
825		52		3,2	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)		Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
320		44	17	7	7,5
VITAMINAS					
Vitamina A		Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
825		52		3,2	


 Marcos A. Cezar
 Nutricionista
 CRN 77638/P