

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIO

***“Pré Escolas Centro de Educação Santa Rita e
Ensino Fundamental de toda a Rede Municipal”***

PERÍODO PARCIAL





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE JULHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 01/07/2024	3ª FEIRA 02/07/2024	4ª FEIRA 03/07/2024	5ª FEIRA 04/07/2024	6ª FEIRA 05/07/2024
ALMOÇO: 10h às 10:30h	POLENTA COM MUSC. MOÍDO (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO)	ARROZ COLORIDO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	BOLO DE CENOURA/ SUCO DE LARANJA	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / SUCO DE LIMÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ PEITO DE FRANGO DESFIADO/ LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)
LANCHE I: 13h às 13:30h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	558	76,8	25,43	16,86	226,78	8,06	453,48	6,77	90,45	5,32	47,37	443,54





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE JULHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 08/07/2024	3ª FEIRA 09/07/2024	4ª FEIRA 10/07/2024	5ª FEIRA 11/07/2024	6ª FEIRA 12/07/2024
ALMOÇO: 10h às 10:30h	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE II 15:30 às 16h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos)												





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial					
MÊS DE JULHO 2024					
REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 15/07/2024	3ª FEIRA 16/07/2024	4ª FEIRA 17/07/2024	5ª FEIRA 18/07/2024	6ª FEIRA 19/07/2024
ALMOÇO: 10h às 10:30h	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE II 15:30 às 16h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)												



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE JULHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 22/07/2024	3ª FEIRA 23/07/2024	4ª FEIRA 24/07/2024	5ª FEIRA 25/07/2024	6ª FEIRA 26/07/2024
ALMOÇO: 10h às 10:30h	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESMIADO COM TOMATE CEBOLA E CHEIRO VERDE/ BATATA DOCE ASSADA SA: BETERRABA	ARROZ COLORIDO COM LEGUMES E OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	BOLO DE CHOCOLATE/ CHÁ MATÊ
LANCHE II 15:30 às 16h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos)	552	74,39	25,62	16,95	239,32	6,42	449,21	6,88	94,78	4,95	53,42	493,04



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE JULHO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 29/07/2024	3ª FEIRA 30/07/2024	4ª FEIRA 31/07/2024	5ª FEIRA -	6ª FEIRA -
ALMOÇO: 10h às 10:30h	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE / CHÁ MATE	CANJA (ARROZ/ PEITO DE FRANGO/CENOURA/ ABOBRINHA/ CEBOLA/ CHEIRO VERDE)	ARROZ COLORIDO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	-	-
LANCHE I: 13h às 13:30h					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	582	78,96	26,8	17,56	253,16	7,66	447,84	7,09	95,52	5,15	47,44	487,53



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409