

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 01) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) PERÍODO: Parcial 30%

| | 2ª FEIRA 06/05/2024 | 3ª FEIRA 07/05/2024 | 4ª FEIRA 08/05/2024 | 5ª FEIRA 09/05/2024 | 6ª FEIRA 10/05/2024 |
|--|--|--|---|--|--|
| ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45 | Salada de repolho Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho Laranja em fatias | Salada de alface com tomate Feijão carioca Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango em pedaços assada com batatinha | Salada de repolho e cenoura ralada Macarrão com Carne moída ao molho ½ Banana caturra | Salada de repolho e cenoura ralada Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada/fritinha) Mandioca cozida | Salada de cenoura e beterraba Polenta Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Maçã em pedaços |
| | Composição nutricional (média semanal) | Energia (kcal) 408 | CHO (g) 55 a 65% do VET g 59 % 57,9 | PTN (g) 10 a 15% do VET g 18,6 % 18,3 | LPD (g) 15 a 30% do VET g 10,8 % 23,9 |

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 02) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) PERÍODO: Parcial 30%

| | 2ª FEIRA 13/05/2024 | 3ª FEIRA 14/05/2024 | 4ª FEIRA 15/05/2024 | 5ª FEIRA 16/05/2024 | 6ª FEIRA 17/05/2024 |
|--|---|--|---|--|--|
| ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45 | Salada de repolho Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada/fritinha) Mandioca cozida maçã em pedaços FERIADO | Salada de alface com tomate Macarrão Carne moída ao molho Laranja em fatias | Salada de repolho com cenoura Feijão carioca Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango em pedaços assada Purê de batatas | Salada mista Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho | Salada de beterraba Polenta Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate Laranja em fatias |
| | Composição nutricional (média semanal) | Energia (kcal) 390 | CHO (g) 55 a 65% do VET g 55,6 % 57,0 | PTN (g) 10 a 15% do VET g 19,0 % 19,4 | LPD (g) 15 a 30% do VET g 10,2 % 23,5 |

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 03) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

| | 2ª FEIRA 20/05/2024 | 3ª FEIRA 21/05/2024 | 4ª FEIRA 22/05/2024 | 5ª FEIRA 23/05/2024 | 6ª FEIRA 24/05/2024 |
|---|---|--|---|---|---|
| ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45 | Salada de repolho Feijão carioca Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango assadas Laranja em fatias | Salada de alface com tomate Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho Mandioca cozida | Salada de cenoura e repolho Polenta Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate ½ banana | Salada de alface com tomate Feijão preto Arroz à grega Carne moída refogada Batatinha | Salada mista Macarrão com Peito de frango picado ao molho de tomate Maçã em pedaços |
| | Composição nutricional (média semanal) | Energia (kcal) | CHO (g) 55 a 65% do VET | PTN (g) 10 a 15% do VET | LPD (g) 15 a 30% do VET |
| | 359 | g 49,1 % 54,6 | g 18,7 % 20,8 | g 9,8 % 24,6 | |

ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA 04) – ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA: Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

| | 2ª FEIRA 27/05/2024 | 3ª FEIRA 28/05/2024 | 4ª FEIRA 29/05/2024 | 5ª FEIRA 30/05/2024 | 6ª FEIRA 31/05/2024 |
|---|--|---|--|--|--|
| ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45 | Salada de repolho com tomate Macarrão Carne moída ao molho Banana caturra | Salada de alface Feijão preto Arroz branco Coxas/ sobrecoxas de frango picado ao molho de tomate | Salada de repolho e cenoura ralada Feijão carioca Arroz à grega Carne moída refogada Maçã em pedaços | Salada mista Feijão preto Arroz branco Carne bovina em cubos ao molho Mandioca cozida FERIADO | Salada Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada) Laranja em fatias FERIADO |
| | Composição nutricional (média semanal) | Energia (kcal) | CHO (g) 55 a 65% do VET | PTN (g) 10 a 15% do VET | LPD (g) 15 a 30% do VET |
| | 405 | g 59,0 % 58,3 | g 18,4 % 18,2 | g 10,5 % 23,5 | |

OBS: Cardápio prescrito somente poderá ser alterado pelas nutricionistas, se e quando houver necessidade. As frutas e verduras poderão ser alteradas durante a semana.

CARDÁPIOS ELABORADOS PELAS NUTRICIONISTAS: SIMONE REGINA BASSO BRANDINI – CRN 8 2606 e EMANOELI MORESCHI MOREIRA CRN 8 5044