

**Rem 07- ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA01)– ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA:** Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

<b>SEM 01</b>	<b>2ª FEIRA 11/03/2024</b>	<b>3ª FEIRA 12/03/2024</b>	<b>4ª FEIRA 13/03/2024</b>	<b>5ª FEIRA 14/03/2024</b>	<b>6ª FEIRA 15/03/2024</b>
<b>ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45</b>	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
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>		<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55 a 65% do VET</b>	<b>10 a 15% do VET</b>	<b>15 a 30% do VET</b>
		408	g 59	g 18,6	g 10,8
			% 57,9	% 18,3	% 23,9

**Rem 07- ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA02)– ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA:** Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

<b>SEM 02</b>	<b>2ª FEIRA 25/03/2024</b>	<b>3ª FEIRA 19/03/2024</b>	<b>4ª FEIRA 20/03/2024</b>	<b>5ª FEIRA 21/03/2024</b>	<b>6ª FEIRA 22/03/2024</b>
<b>ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45</b>	Salada de repolho Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada/fritinha) Mandioca cozida maçã em pedaços	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
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>		<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55 a 65% do VET</b>	<b>10 a 15% do VET</b>	<b>15 a 30% do VET</b>
		390	g 55,6	g 19,0	g 10,2
			% 57,0	% 19,4	% 23,5

**Rem 07- ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA03)– ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA:** Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

<b>SEM 03</b>	<b>2ª FEIRA 25/03/2024</b>	<b>3ª FEIRA 26/03/2024</b>	<b>4ª FEIRA 27/03/2024</b>	<b>5ª FEIRA 28/04/2024</b>	<b>6ª FEIRA 29/04/2024</b>
<b>ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45</b>	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	RECESSO ESCOLAR	FERIADO
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>		<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	15 a 30% do VET
		359	g 49,1	g 18,7	g 9,8
			% 54,6	% 20,8	% 24,6

**Rem 07- ALMOÇO ESCOLAR (SEMANA03)– ENSINO INTEGRAL - ETAPA DE ENSINO/FAIXA ETÁRIA:** Ensino fundamental (6 - 10 anos) **PERÍODO:** Parcial 30%

<b>SEM 04</b>	<b>2ª FEIRA 01/04/2024</b>	<b>3ª FEIRA 02/04/2024</b>	<b>4ª FEIRA 03/04/2024</b>	<b>5ª FEIRA 04/04/2024</b>	<b>6ª FEIRA 05/04/2024</b>
<b>ALMOÇO - ESCOLA TEMPO INTEGRAL 11:45</b>	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	Salada Feijão preto Arroz branco Carne suína de panela (refogada) Laranja em fatias
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>		<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	15 a 30% do VET
		405	g 59,0	g 18,4	g 10,5
			% 58,3	% 18,2	% 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**



