

CARDÁPIO PARA O MÊS DE JUNHO DE 2023 PARA OS CENTROS DE EDUCAÇÃO ANTIL DE PAULA FREITAS

CAFÉ DA MANHÃ 8:00 – 8:15

- Café
- Leite
- Chá
- Pão integral c/ requeijão, nata, manteiga
- Queijo

ALMOÇO 10:30 – 11:15

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Estrogonofe de gado FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Macarrão c/ Carne moída FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Farofa de legumes Ovos mexidos FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Polenta c/ Frango em molho FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Purê de batata Nugets de peixe FRUTA
13:15				
Segunda-Feira FRUTAS	Terça-Feira FRUTAS	Quarta-Feira BOLO OU TORTA	Quinta-Feira FRUTAS	Sexta-Feira FRUTAS
15:15 JANTAR				
Segunda-Feira QUIRERINHA CARNE SUÍNA SALADAS	Terça-Feira SOPA DE FEIJÃO C MÚSCULO	Quarta-Feira PIROGUE C/ CARNE MOÍDA SALADAS	Quinta-Feira .TORTA DE LEGUMES C/ CHÁ	Sexta-Feira SOPA DE FRANGO C/ LEGUMES
Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/ Kcal 1.022 Kcal	CHO (gr) 162 gr	PTN (gr) 31 gr	LIP (gr) 31 gr
<p>Obs.: - O cardápio poderá sofrer alteração, de acordo com a disponibilidade do alimento, do fornecedor ou data de validade; - Devem ser oferecidas no mínimo 3 variedades de saladas; - Oferecer FRUTAS TODOS os dias após as refeições;</p>				

FABIANA HEBEK
Nutricionista
CRN3377/P