

CARDÁPIO PARA O MÊS DE OUTUBRO DE 2024 PARA OS CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL 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 Carne de gado em molho FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Polenta c/ frango FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Macarrão Caseiro Músculo molho FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida Farofa de legumes Stroganoff de Frango FRUTA	Arroz Feijão Salada Crua Salada Cozida PIROGUE Coxa sobre coxa assada FRUTA
Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
FRUTAS	FRUTAS	BOLO OU TORTA	FRUTAS	FRUTAS
Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
MACARRÃO C/ CARNE MOIDA SALADAS	QUEIREIRINHA C/ CARNE SUJINA SALADAS	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE GADO SALADAS	VACA ATOLADA (Arroz) SALADAS	ARROZ CARRETERO C/ SALADAS
Composição Nutricional (Med. Semanal)	Energia/ Kcal 986 Kcal	CHO (gr) 162 gr	PTN (gr) 31 gr	LIP (gr) 30 gr

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;

FABIANA MARCEX
Nutricionista
CRN3377/P