

## CARDÁPIO JULHO

<b>Centro Municipal de Educação Infantil</b>	<b>Nutrição Diária:</b> 70%	<b>Categoria:</b> CMEI	<b>Nutricionistas:</b> <b>Thaynná Boza RT</b>
	<b>Faixa Etária:</b> 8m - 3 anos	<b>Refeições:</b> Lanche da manhã, Almoço, Lanche da tarde e Jantar	CRN8 12562
	<b>Alunos Atendidos:</b> 418	<b>Período:</b> 01/07/2024 a 05/07/2024	<b>Débora Menegusso QT</b> CRN8 6543
			<b>Andréa Rech QT</b> CRN8 6992

Segunda - 01

Terça - 02

Quarta - 03

Quinta - 04

Sexta - 05

<b>Lanche da tarde</b>	Mingau de Maisena	Leite com cacau Pão com manteiga	Chá erva-doce Pão com requeijão caseiro	Mingau de aveia com cacau	Bolo de fubá Chá hortelã
	Energia: 148,96 kcal	Energia: 163,28 kcal	Energia: 162,7 kcal	Energia: 125,75 kcal	Energia: 33,63 kcal
<b>Almoço</b>	Arroz Feijão carioca Pernil cozido com legumes Alface	Arroz Feijão preto Carne de Panela Abobrinha com cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Carne ao molho Brócolis cozido Alface	Arroz Feijão preto Pernil cozido em cubos Abobrinha cozida	Arroz Feijão carioca Carne moída Salada de cenoura ralada
	Energia: 194,4 kcal	Energia: 284,38 kcal	Energia: 272,4 kcal	Energia: 105,49 kcal	Energia: 295,07 kcal
<b>Lanche da tarde</b>	Água de coco Biscoito de polvilho	Melancia	Arroz doce	Bolo salgado Suco polpa de manga	Canjica
	Energia: 128,58 kcal	Energia: 13,3 kcal	Energia: 36,48 kcal	Energia: 82,18 kcal	Energia: 19,6 kcal
<b>Jantar</b>	Macarrão com carne moída	Sopa de feijão com legumes	Polenta com carne moída	Sopa de legumes	Quirera Pernil cozido em cubos
	Energia: 213,17 kcal	Energia: 214,5 kcal	Energia: 201,11 kcal	Energia: 24,3 kcal	Energia: 91,98 kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
------------------------	----------------	---------	---------	---------	------------	---------------	-----------------	---------	---------	---------	---------	---------

Média semanal	792,87	102,57	41,53	24,39	11,95	282,42	21,51	583,41	6,13	110,15	6,39	446,7
---------------	--------	--------	-------	-------	-------	--------	-------	--------	------	--------	------	-------

OBS: De acordo com a **Resolução nº 6, de 08 de maio de 2020** É proibida a oferta de alimentos ultra processados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, devido à safra de algumas frutas e verduras ou outras intercorrências.