

Município de Rebouças

Deposito

Planejamento CARDÁPIO FUNDAMENTAL - MAIO 2023 (BRASIL-BRASIL) Grupo: Fundamental , Categoria: Ensino Fundamental I - 6 a 10 anos

Atendimento: **Normal**

| 1ª Semana | 01/Maio | 02/Maio | 03/Maio | 04/Maio | 05/Maio | Total Semana |
|--|---|--|--|--|--|--|
| Refeição Horário: 10:00 15:00 | F E R I A D O DIA DO TRABALHO | CHÁ DE ERVAS Farofa de ovos com cenoura | Polenta com frango Alface Salada Laranja | Macarronada COM MOÍDA Feijão cozido SALADA DE TOMATE COM CEBOLA | Pudim de CHOCOLATE com Leite BANANA | Calorias =1489.04 Carboidratos =243.56 Proteínas =38.44 Lípidios =39.20 |
| 2ª Semana | 08/Maio | 09/Maio | 10/Maio | 11/Maio | 12/Maio | Total Semana |
| Refeição Horário: 10:00 15:00 | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO) | ACHOCOLATADO BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE MAÇA | Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Mandioca cozida carne acebolada - ef Alface Salada | Bebida láctea salada de frutas | FAROFÃO DE ARROZ COM FRANGO, CENOURA E FEIJÃO salada de repolho ralado com tempero verde | Calorias =2530.10 Carboidratos =380.59 Proteínas =73.71 Lípidios =84.77 |
| 3ª Semana | 15/Maio | 16/Maio | 17/Maio | 18/Maio | 19/Maio | Total Semana |
| Refeição Horário: 10:00 15:00 | CHÁ DE ERVAS OMELETE COM LEGUMES (MILHO, BRÓCOLIS, CENOURA) | Vitamina (leite com morango) PÃO INTEGRAL COM DOCE ABÓBORA MAMÃO | QUIRERA COM PALETA SUÍNA Alface Salada Laranja | LEITE BATIDO COM MAÇA, BANANA, MAMÃO E AVEIA BISCOITO CASEIRO (AF) | sopa 2 (abobora, chuchu, batata, arroz branco, carne bovina inteira) | Calorias =1647.62 Carboidratos =246.58 Proteínas =60.92 Lípidios =46.72 |
| 4ª Semana | 22/Maio | 23/Maio | 24/Maio | 25/Maio | 26/Maio | Total Semana |
| Refeição Horário: 10:00 15:00 | Macarronada COM MOÍDA Feijão cozido Salada Crua | SUCO NATURAL DE LARANJA COM MANGA Pão com ovo mexido MAÇA | RISOTO Feijão cozido Cenoura Refogada Salada de Pepino | CAFÉ COM LEITE OMELETE COM LEGUMES (MILHO, BRÓCOLIS, CENOURA) BANANA | ARROZ NUTRITIVO COM FRANGO (CENOURA / BRÓCOLIS / BETERRABA) Salada de Acelga | Calorias =1721.06 Carboidratos =285.11 Proteínas =68.05 Lípidios =36.64 |
| 5ª Semana | 29/Maio | 30/Maio | 31/Maio | | | Total Semana |
| Refeição Horário: 10:00 15:00 | Polenta com frango Alface Salada | ARROZ COM VACA ATOLADA Feijão cozido Chuchu Refogado Salada Crua | SUCO NATURAL DE LARANJA COM MANGA SANDUÍCHE NATURAL (Q/P) MAÇA | | | Calorias =1144.78 Carboidratos =190.10 Proteínas =31.39 Lípidios =25.30 |

cardápio sujeito a alteração.

Brandt
Idiobara Brandt
NUTRICIONISTA
CRN 6504