

Município de Rebouças

Deposito

Planejamento Cardápio FUNDAMENTAL - AGOSTO 2023 (PNAE-CPNAE) Grupo: Fundamental , Categoria: Ensino Fundamental I - 6 a 10 anos

Atendimento: **Normal**

1ª Semana		01/Agosto	02/Agosto	03/Agosto	04/Agosto	Total Semana
Refeição Horário: 10:00 15:00		ARROZ COM VACA ATOLADA Feijão cozido salada de repolho ralado com tempero verde Laranja	CHÁ DE ERVAS BOLO SIMPLES DE LARANJA MAÇA	ACHOCOLATADO Farofa de ovos com cenoura	sopa 2 (abobora, chuchu, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	Calorias =1595.13 Carboidratos =237.92 Proteínas =54.97 Lípidios =48.30
2ª Semana	07/Agosto	08/Agosto	09/Agosto	10/Agosto	11/Agosto	Total Semana
Refeição Horário: 10:00 15:00	Arroz parboilizado cozido VIRADO DE FEIJÃO carne moída refogada int Alface Salada	CHÁ DE ERVAS BOLO SIMPLES DE LARANJA PONKAN / MORGOTE	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO) MAÇA	Bebida Láctea com Sucrilhos BANANA	RISOTO salada de repolho ralado com tempero verde	Calorias =2162.89 Carboidratos =337.73 Proteínas =71.97 Lípidios =61.96
3ª Semana	14/Agosto	15/Agosto	16/Agosto	17/Agosto	18/Agosto	Total Semana
Refeição Horário: 10:00 15:00	Purê de batata Frango Refogado salada de repolho ralado com tempero verde	CHÁ DE ERVAS Farofa de ovos com cenoura MAMÃO	Arroz branco cozido Feijão cozido Batata ensopada Sobrecoca Assada Salada de Beterraba cozida	Polenta com frango SALADA DE TOMATE COM ORÉGANO BANANA	Pudim de CHOCOLATE com Leite BISCOITO CASEIRO (AF) MAÇA	Calorias =2079.49 Carboidratos =320.91 Proteínas =48.63 Lípidios =61.86
4ª Semana	21/Agosto	22/Agosto	23/Agosto	24/Agosto	25/Agosto	Total Semana
Refeição Horário: 10:00 15:00	QUIRERA COM PALETA SUÍNA SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	CHÁ DE ERVAS Pão com carne moída	CHÁ DE ERVAS OMELETE COM LEGUMES (MILHO, BRÓCOLIS, CENOURA) BANANA	SOPA DE HORTALIÇAS PONKAN / MORGOTE	PAVÊ DE BOLACHA MAÇA	Calorias =4257.23 Carboidratos =729.04 Proteínas =183.38 Lípidios =67.85
5ª Semana	28/Agosto	29/Agosto	30/Agosto	31/Agosto		Total Semana
Refeição Horário: 10:00 15:00	Polenta com frango Feijão cozido Alface Salada	RISOTO Feijão cozido Salada de brócolis MAÇA	CHÁ DE ERVAS SANDUÍCHE NATURAL (Q/P) Laranja	ACHOCOLATADO Farofa de ovos com cenoura BANANA		Calorias =1774.10 Carboidratos =300.11 Proteínas =49.04 Lípidios =42.09

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.

Brandt
Idiobara Brandt
NUTRICIONISTA
CRN 6504