

## Município de Rebouças

## Deposito

Planejamento Cardápio FUNDAMENTAL - MARÇO 2024 (BRASIL-PNAE) Grupo: Fundamental , Categoria: Ensino Fundamental I - 6 a 10 anos

Atendimento: **Normal**

1ª Semana					01/Março	Total Semana
<b>Refeição</b> <b>Horário:</b> <b>10:00 15:00</b>					RISOTO Feijão cozido Salada Crua	Calorias =291.05 Carboidratos =45.48 Proteínas =12.76 Lípidios =5.25
<b>2ª Semana</b>	<b>04/Março</b>	<b>05/Março</b>	<b>06/Março</b>	<b>07/Março</b>	<b>08/Março</b>	<b>Total Semana</b>
<b>Refeição</b> <b>Horário:</b> <b>10:00 15:00</b>	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE, LEGUMES	ARROZ COM VACA ATOLADA salada de repolho ralado com tempero verde MAMÃO	Suco natural de laranja BOLO SIMPLES DE CENOURA BANANA	Polenta com frango SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	Vitamina (leite com morango) Pão doce (tipo Chineque) MAÇA	Calorias =2166.76 Carboidratos =361.28 Proteínas =58.68 Lípidios =55.64
<b>3ª Semana</b>	<b>11/Março</b>	<b>12/Março</b>	<b>13/Março</b>	<b>14/Março</b>	<b>15/Março</b>	<b>Total Semana</b>
<b>Refeição</b> <b>Horário:</b> <b>10:00 15:00</b>	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido FAROFA DE LEGUMES carne acebolada - ef Alface Salada	CHÁ DE ERVAS CUQUE DE FAROFA BANANA	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)	QUIRERA COM FRANGO SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	CAFÉ COM LEITE QUIBE ASSADO MAÇA	Calorias =2058.29 Carboidratos =325.51 Proteínas =83.79 Lípidios =55.42
<b>4ª Semana</b>	<b>18/Março</b>	<b>19/Março</b>	<b>20/Março</b>	<b>21/Março</b>	<b>22/Março</b>	<b>Total Semana</b>
<b>Refeição</b> <b>Horário:</b> <b>10:00 15:00</b>	Macarronada COM MOÍDA Laranja	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO) MAMÃO	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Batata ensopada Sobrecoxa Assada Alface Salada	CHÁ DE ERVAS BISCOITO CASEIRO (AF) BANANA	Polenta com frango Laranja	Calorias =1912.48 Carboidratos =327.10 Proteínas =45.72 Lípidios =41.22
<b>5ª Semana</b>	<b>25/Março</b>	<b>26/Março</b>	<b>27/Março</b>	<b>28/Março</b>	<b>29/Março</b>	<b>Total Semana</b>
<b>Refeição</b> <b>Horário:</b> <b>10:00 15:00</b>	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)	PAVÊ DE BOLACHA BANANA	RISOTO Feijão cozido Salada Crua MAMÃO	Suco natural de laranja FAROFÃO DE ARROZ COM FRANGO, CENOURA E FEIJÃO MAÇA	<b>F E R I A D O</b> <b>PAIXÃO DE CRISTO</b>	Calorias =1666.15 Carboidratos =313.82 Proteínas =47.68 Lípidios =24.88

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.

*Brandt*  
Idiobara Brandt  
NUTRICIONISTA  
CRN 6504