



PRÉ-ESCOLA (5- 6 ANOS) – JUNHO/2024

| Horário | SEGUNDA-FEIRA 03 | TERÇA-FEIRA 04 | QUARTA-FEIRA 05 | QUINTA-FEIRA 06 | SEXTA-FEIRA 07 | | |
|--|--|--|---|---|---|------------|-----|
| Manhã: 09h30min | Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral | Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho | Mescau (leite, cacau, açúcar mascavo) Bolacha caseira Bergamota | Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu | Macarrão com carne moída Alface e beterraba Caqui | | |
| Tarde: 15h00min | Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e cenoura ralada | Polenta com carne moída Alface e pepino | Mescau (leite, cacau, açúcar mascavo) Bolacha caseira Bergamota | Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho | Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral Caqui | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO | | PTN | | LPD | |
| | 304,64 | 44 g | 58% | 12 g | 16% | 9 g | 27% |

| Horário | SEGUNDA-FEIRA 10 | TERÇA-FEIRA 11 | QUARTA-FEIRA 12 | QUINTA-FEIRA 13 | SEXTA-FEIRA 14 | | |
|--|--|---|--------------------------------------|---|--|------------|-----|
| Manhã: 09h30min | Carreteiro Alface e brócolis Caqui | Sopa de lentilha com frango e legumes Pão integral Banana | Chá de maracujá Cuca Bergamota | Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho | Arroz Mandioca Frango em molho Alface | | |
| Tarde: 15h00min | Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface com abacaxi | Polenta com carne moída Repolho e tomate Banana | Chá de maracujá Cuca Bergamota | Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral Caqui | Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO | | PTN | | LPD | |
| | 308,50 | 47 g | 62% | 13 g | 16% | 8 g | 24% |



| Horário | SEGUNDA-FEIRA 17 | TERÇA-FEIRA 18 | QUARTA-FEIRA 19 | QUINTA-FEIRA 20 | SEXTA-FEIRA 21 | | |
|--|--|---|--|---|---|------------|-----|
| Manhã: 09h30min | Sopa de frango com legumes Pão integral Bergamota | Arroz Lentilha Carne moída Alface e cenoura ralada | Chá de abacaxi Bolacha caseira Mamão | Galinhada Alface e couve-flor | Arroz Feijão Farofa de carne suína e legumes Repolho | | |
| Tarde: 15h00min | Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho | Carreteiro Alface e brócolis Bergamota | Chá de abacaxi Bolacha caseira Mamão | Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu | Creme de grão de bico com frango e legumes Pão integral | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO | | PTN | | LPD | |
| | 265,63 | 37 g | 57% | 12 g | 18% | 8 g | 26% |

| Horário | SEGUNDA-FEIRA 24 | TERÇA-FEIRA 25 | QUARTA-FEIRA 26 | QUINTA-FEIRA 27 | SEXTA-FEIRA 28 | | |
|--|---|--|---|--|---|------------|-----|
| Manhã: 09h30min | Polenta com molho de frango Alface e pepino Caqui | Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral Banana | LANCHE ESPECIAL FESTA JUNINA | Lasanha de arroz Alface Bergamota | Arroz Feijão preto Carne em cubos Alface | | |
| Tarde: 15h00min | Arroz Lentilha Carne em cubos Alface Caqui | Arroz Mandioca Carne moída suína Alface | LANCHE ESPECIAL FESTA JUNINA | Sopa de frango com legumes Pão integral Banana | Macarrão com molho de frango Alface Bergamota | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO | | PTN | | LPD | |
| | 408,10 | 57 g | 565 | 16 g | 17% | 14 g | 29% |

*Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.

Morgana Dalla Libera
Nutricionista - Morgana Dalla Libera
CRN10- 6436

Cardápio especial Festa Junina



Pastel assado

Amendoim torrado

Batata doce assada

Pipoca salgada

Quentão com suco de uva

