



PRÉ-ESCOLA (5- 6 ANOS) – FEVEREIRO/2025

Horário	SEGUNDA-FEIRA 10	TERÇA-FEIRA 11	QUARTA-FEIRA 12	QUINTA-FEIRA 13	SEXTA-FEIRA 14		
Manhã: 09h30min	Carreteiro Alface e tomate Maçã	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango) Biscoito de batata doce	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Polenta com carne moída suína Repolho e manga Melancia		
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface	Macarrão com molho de frango Alface e couve-flor Maçã	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango) Biscoito de batata doce	Capelleti com carne moída Abóbora cozida Alface e tomate Melancia	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface e abacaxi		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	272,50	40 g	59%	10 g	15%	8 g	27%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 17	TERÇA-FEIRA 18	QUARTA-FEIRA 19	QUINTA-FEIRA 20	SEXTA-FEIRA 21		
Manhã: 09h30min	Polenta com carne moída Alface e tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface e abacaxi Melancia	Iogurte Grissini integral Mamão	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino Banana	Arroz Mandioca Carne moída em molho Repolho		
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Macarrão com carne moída Alface e cenoura Melancia	Iogurte Grissini integral Mamão	Sopa de frango com legumes Banana	Arroz Feijão preto Carne de gado em cubos em molho com cenoura Repolho		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	295,96	48 g	64%	10 g	13%	8 g	25%



Horário	SEGUNDA-FEIRA 24	TERÇA-FEIRA 25	QUARTA-FEIRA 26	QUINTA-FEIRA 27	SEXTA-FEIRA 28		
Manhã: 09h30min	Macarrão com carne moída Alface e cenoura Melão	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface	Cuca Suco de morango Melancia	Arroz Feijão preto Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface	Galinhada Repolho e brócolis Laranja		
Tarde: 15h00min	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino	Carreteiro Alface e tomate Melão	Cuca Suco de morango Melancia	Polenta com carne moída suína Repolho e manga Laranja	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
		43 g	56%	14 g	19%	9 g	26%

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

Morgana Dalla Líbera

Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436