

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 22/04/2024 a 26/04/2024

Média SEMANAL

| | 2º Feira 22/04 | 3ºFeira 23/04 | 4ºFeira 24/04 | 5º Feira 25/04 | 6º Feira 26/04 | |
|---------------------------|--|--|--|--|---|--|
| Desjejum 7:00h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |
| Almoço 9:00h | Papa amassada, de macarrão, frango, batata, cenoura e acelga. | Papa salgada de arroz, carne, beterraba, abobrinha e chicória. | Papa salgada de macarrão, ovo, mandioquinha, chuchu e couve. | Papa de arroz, carne, abobrinha, tomate e escarola. | Papa de macarrão, caldo de feijão, carne, batata e beterraba. | |
| Colação 11:30h | Papinha de maçã | Suco de laranja | Papinha de banana | Suco de abacaxi | Papa de mamão | |
| Jantar 14:00h | Papa de arroz, caldo de feijão, carne moída, abóbora e tomate. | Papa de mandioca, frango, acelga e cenoura. | Papa de macarrão, abobrinha, carne e cenoura. | Papa de macarrão, frango, batata, cenoura e repolho. | Papa de arroz, caldo de feijão, ovo, chuchu e abobrinha. | |
| Lanche 15:30h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |

FICHAS TÉCNICAS

| | | | | | | |
|-------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|---------------|
| Kcal (Dia) | 720,06 | 796,0 | 722,5 | 685,4 | 549,6 | 694,82 |
| Carboidratos(g) | 95,5 | 115,3 | 104,1 | 86,4 | 63,0 | 92,86 |
| Proteínas (g) | 30,2 | 33,1 | 27,7 | 30,1 | 26,5 | 29,52 |
| Lipídeos (g) | 24,5 | 23,5 | 22,3 | 24,6 | 21,1 | 23,2 |
| Fibras (g) | 5,8 | 9,1 | 5,7 | 4,5 | 3,6 | 5,74 |
| Vitamina A (mcg) | 1,9 | 1,5 | 1,9 | 1,9 | 1,2 | 1,68 |
| Vitamina C (mg) | 83,5 | 66,5 | 191,4 | 65,1 | 49,9 | 91,28 |
| Sódio (mg) | 292,3 | 471,9 | 174,8 | 291,8 | 402,2 | 326,6 |
| Cálcio (mg) | 411,7 | 413,9 | 437,1 | 398,0 | 383,1 | 408,76 |
| Ferro (mg) | 7,3 | 7,4 | 7,6 | 7,1 | 6,7 | 7,22 |

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio **CRN: 46038**

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 29/04/2024 a 03/05/2024

Média SEMANAL

| | 2º Feira 29/04 | 3ºFeira 30/04 | 4ºFeira 01/05 | 5º Feira 02/05 | 6º Feira 03/05 | |
|---------------------------|---|--|--|--|--|---------------|
| Desjejum 7:00h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |
| Almoço 9:00h | Papa de macarrão, carne, batata, cenoura e acelga. | Papa de macarrão, frango desfiado, mandioquinha, beterraba e chicória. | Papa de arroz, ovo, abobrinha, tomate e escarola. | Papa de macarrão, caldo de feijão, carne em cubos, abobrinha e chuchu. | Papa de arroz, caldo de feijão, frango, batata e cenoura. | |
| Colação 11:30h | Papa de maça | Suco de laranja e cenoura | Papa de mamão | Papinha de maça e banana | Suco de abacaxi | |
| Jantar 14:00h | Papa de arroz, caldo de feijão, frango, chuchu e couve. | Papa de mandioca, carne, cenoura e abobrinha. | Papa de macarrão, caldo de feijão, abóbora e frango. | Papa de arroz, batata, caldo de feijão, tomate e chicória. | Papa de macarrão, ovo, caldo de feijão, beterraba e repolho. | |
| Lanche 15:30h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |
| FICHAS TÉCNICAS | | | | | | |
| Kcal (Dia) | 742,1 | 815,1 | 663,0 | 818,1 | 877,8 | 783,22 |
| Carboidratos(g) | 104,0 | 123,6 | 85,1 | 113,5 | 124,8 | 110,2 |
| Proteínas (g) | 33,9 | 32,6 | 27,8 | 31,4 | 43,4 | 33,82 |
| Lipídeos (g) | 21,9 | 21,5 | 24,2 | 27,4 | 23,3 | 23,66 |
| Fibras (g) | 7,6 | 5,7 | 5,3 | 6,8 | 5,3 | 6,14 |
| Vitamina A (mcg) | 0,6 | 1,5 | 1,9 | 4,1 | 0,9 | 1,8 |
| Vitamina C (mg) | 80,6 | 56,2 | 199,7 | 205,3 | 107,6 | 129,88 |
| Sódio (mg) | 518,4 | 355,2 | 291,5 | 369,9 | 367,4 | 380,48 |
| Cálcio (mg) | 418,1 | 409,2 | 430,6 | 445,8 | 433,7 | 427,48 |
| Ferro (mg) | 8,8 | 7,7 | 7,2 | 7,1 | 8,4 | 7,84 |

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.EI Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 06/05/2024 a 10/05/2024

Média SEMANAL

| | 2º Feira 06/05 | 3ºFeira 07/05 | 4ºFeira 08/05 | 5º Feira 09/05 | 6º Feira 10/05 | |
|---------------------------|---|--|---|---|---|--|
| Desjejum 7:00h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |
| Almoço 9:00h | Papa de arroz, caldo de feijão, carne em cubos desfiada, batata, cenoura e couve. | Papa de macarrão, caldo de feijão, frango, batata e beterraba. | Papa de arroz, ovos, mandioquinha, chuchu e tomate | Papa de macarrão, frango, cenoura, batata e acelga. | Papa de arroz, caldo de feijão, beterraba, frango, chuchu e chicória. | |
| Colação 11:30h | Papinha de mamão | Suco de abacaxi | Papa de banana | Suco de laranja | Papa de banana | |
| Jantar 14:00h | Papa de macarrão, mandioquinha, frango e chuchu. | Papa de arroz, carne, feijão, abobrinha e tomate. | Papa de macarrão, carne, caldo de feijão, chuchu e beterraba. | Papa de arroz, carne, feijão, abobrinha e cenoura. | Papa de macarrão, batata, ovo, abobrinha e couve. | |
| Lanche 15:30h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |

FICHAS TÉCNICAS

| | | | | | | |
|-------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------|
| Kcal (Dia) | 877,8 | 705,8 | 675,3 | 873,6 | 955,0 | 817,5 |
| Carboidratos(g) | 124,8 | 88,6 | 88,8 | 127,2 | 147,6 | 115,4 |
| Proteínas (g) | 43,4 | 36,0 | 30,1 | 31,7 | 38,2 | 35,88 |
| Lipídeos (g) | 23,3 | 23,3 | 22,8 | 27,1 | 24,0 | 24,1 |
| Fibras (g) | 5,3 | 9,2 | 7,1 | 7,1 | 9,8 | 7,7 |
| Vitamina A (mcg) | 0,9 | 1,5 | 1,5 | 3,0 | 2,4 | 1,86 |
| Vitamina C (mg) | 107,6 | 92,0 | 190,4 | 78,6 | 93,4 | 112,4 |
| Sódio (mg) | 367,4 | 470,9 | 469,0 | 478,4 | 488,9 | 454,92 |
| Cálcio (mg) | 433,7 | 428,0 | 427,5 | 423,2 | 448,1 | 432,1 |
| Ferro (mg) | 8,4 | 9,0 | 7,4 | 7,3 | 8,6 | 8,14 |

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.EI Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 13/05/2024 a 17/05/2024

Média SEMANAL

| | 2º Feira 13/05 | 3ºFeira 14/05 | 4ºFeira 15/05 | 5º Feira 16/05 | 6º Feira 17/05 | |
|---------------------------|---|---|---|--|--|--|
| Desjejum 7:00h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |
| Almoço 9:00h | Papa de arroz, feijão, carne moída, batata, cenoura e chuchu. | Papa de macarrão, frango, feijão, mandioquinha, beterraba, abobrinha e couve. | Papa de arroz, feijão, frango, batata, couve e abobrinha. | Papa de arroz, feijão, carne desfiada, beterraba, cenoura e abobrinha. | Papa de arroz, feijão, frango, mandioca, chuchu e escarola. | |
| Colação 11:30h | Suco de laranja com cenoura | Papinha de mamão+maça | Suco de abacaxi | Papinha de banana | Papinha de mamão | |
| Jantar 14:00h | Papa macarrão, feijão, ovo, abóbora e beterraba | Papa arroz, feijão, carne moída e cenoura | Papa macarrão, feijão, ovos, chuchu e abóbora | Papa macarrão, feijão, carne moída, beterraba e couve. | Papa arroz, macarrão, feijão, carne desfiada, cenoura e beterraba. | |
| Lanche 15:30h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |

FICHAS TÉCNICAS

| | | | | | | |
|-------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------|
| Kcal (Dia) | 860,8 | 827,9 | 787,7 | 743,3 | 776,6 | 799,26 |
| Carboidratos(g) | 128,4 | 118,5 | 109,1 | 109,8 | 99,4 | 113,04 |
| Proteínas (g) | 37,4 | 36,7 | 36,8 | 27,9 | 35,3 | 34,82 |
| Lipídeos (g) | 22,5 | 23,5 | 23,5 | 22,3 | 26,6 | 23,68 |
| Fibras (g) | 6,5 | 8,1 | 8,3 | 8,9 | 5,4 | 7,44 |
| Vitamina A (mcg) | 0,9 | 1,5 | 1,5 | 1,9 | 2,3 | 1,62 |
| Vitamina C (mg) | 196,4 | 86,3 | 76,8 | 64,4 | 67,8 | 98,34 |
| Sódio (mg) | 362,1 | 471,6 | 471,0 | 171,6 | 360,2 | 367,3 |
| Cálcio (mg) | 454,1 | 429,9 | 419,7 | 414,7 | 405,8 | 424,84 |
| Ferro (mg) | 8,3 | 8,9 | 9,0 | 7,4 | 7,6 | 8,24 |

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio **CRN:46038**

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 20/05/2024 a 24/05/2024

Média SEMANAL

| | 2º Feira 20/05 | 3ºFeira 21/05 | 4ºFeira 22/05 | 5º Feira 23/05 | 6º Feira 24/05 | |
|---------------------------|--|---|---|---|---|--|
| Desjejum 7:00h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |
| Almoço 9:00h | Papa de macarrão, frango, batata, cenoura e caldo de feijão. | Papa de arroz, mandioquinha, carne moída, caldo de feijão e chicória. | Papa de macarrão, ovo, chuchu, mandioca e caldo de feijão | Papa de arroz, carne em cubos, abobrinha, tomate e escarola. | Papa, de macarrão, frango, beterraba, mandioquinha e couve. | |
| Colação 11:30h | Papa de maça | Suco de laranja | Papa de pera | Suco de abacaxi | Papinha de banana+mamão | |
| Jantar 14:00h | Papa de fubá, com carne, tomate e couve. | Papa de macarrão, frango, batata, abobrinha e cenoura. | Papa de arroz, caldo de feijão, carne, mandioquinha, chuchu e chicória. | Papa de macarrão, caldo de feijão, frango, cenoura e beterraba. | Papa de arroz, caldo de feijão, ovo, abobrinha e cenoura. | |
| Lanche 15:30h | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | Fórmula Infantil | |

FICHAS TÉCNICAS

| | | | | | | |
|-------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------|
| Kcal (Dia) | 592,6 | 820,4 | 803,4 | 655,7 | 776,6 | 729,74 |
| Carboidratos(g) | 67,3 | 126,3 | 124,7 | 83,9 | 99,4 | 100,32 |
| Proteínas (g) | 29,9 | 27,5 | 27,6 | 29,8 | 35,3 | 30,02 |
| Lipídeos (g) | 22,6 | 23,6 | 22,2 | 22,7 | 26,6 | 23,54 |
| Fibras (g) | 5,1 | 9,6 | 4,7 | 6,4 | 5,4 | 6,24 |
| Vitamina A (mcg) | 1,5 | 3,0 | 1,9 | 1,5 | 2,3 | 2,04 |
| Vitamina C (mg) | 84,4 | 53,1 | 80,7 | 61,4 | 67,8 | 69,48 |
| Sódio (mg) | 464,6 | 295,8 | 171,6 | 465,8 | 360,2 | 351,6 |
| Cálcio (mg) | 395,1 | 417,9 | 417,5 | 393,8 | 405,8 | 406,02 |
| Ferro (mg) | 7,0 | 7,2 | 7,5 | 7,2 | 7,6 | 7,3 |

Nutricionista: Daniele Idro Sbrogio CRN:46038

| DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE | | | | | | Média SEMANAL |
|--|---|---|---|---|---|------------------|
| CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 12 meses E.M.EI Dulce Vieira do Amaral | | | | | | |
| Semana do dia 22/04/2024 a 26/04/2024 | | | | | | |
| | 2º Feira 22/04 | 3ºFeira 23/04 | 4ºFeira 24/04 | 5º Feira 25/04 | 6º Feira 26/04 | |
| Desjejum 7:00h | Pão com margarina Leite com cacau 70% | Biscoito salgado Leite com cacau 70% | Bisnaguinha com requeijão iogurte de coco | Biscoito doce Leite com cacau 70% | Pão com requeijão Leite com cacau 70% | |
| Almoço 10:00h | Arroz com frango e feijão Salada: Abobrinha refogada | Arroz e feijão Carne em cubos com mandioca | Arroz e feijão Strogonoff de frango Salada: Tomate e pepino Fruta: Mexerica | Arroz e feijão Carne moída com legumes Salada: Chicória Fruta: Goiaba | Macarrão com almondegas ao molho Fruta: Banana | |
| Lanche 12:00h | Bolo de fubá Suco de laranja | Biscoito de polvilho Suco de abacaxi | Bolo de chocolate Suco de melancia | Pão de queijo e iogurte de morango | Torta de frango Suco de Maracujá | |
| Jantar 15:30h | Caldo verde com couve e carne moída | Macarrão com molho de carne moída Fruta: Banana | Canja de galinha Fruta: Goiaba | Macarrão com molho de frango Fruta: Mexerica | Arroz e feijão Ovos coloridos Salada: Tomate e pepino | |
| FICHAS TÉCNICAS | | | | | | |
| Kcal (Dia) | 810,9 | 1038,3 | 1.006,2 | 856,9 | 992,0 | 940,86 |
| Carboidratos(g) | 121,1 | 124,3 | 130,7 | 108,5 | 151,5 | 127,22 |
| Proteínas (g) | 36,5 | 48,6 | 51,3 | 36,6 | 38,6 | 42,32 |
| Lipídeos (g) | 19,8 | 38,9 | 30,8 | 31,0 | 26,6 | 29,42 |
| Fibras (g) | 8,2 | 8,6 | 10,3 | 7,5 | 11,5 | 9,22 |
| Vitamina A (mcg) | 211,8 | 184,2 | 379,5 | 144,8 | 98,0 | 203,66 |
| Vitamina C (mg) | 44,2 | 58,9 | 50,5 | 16,6 | 28,0 | 39,64 |
| Sódio (mg) | 708,9 | 1492,1 | 995,8 | 1478,5 | 1.286,3 | 1.192,32 |
| Cálcio (mg) | 250,8 | 384,1 | 298,6 | 247,0 | 200,9 | 276,28 |
| Ferro (mg) | 9,0 | 3,6 | 14,5 | 2,8 | 6,2 | 7,22 |

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 12 meses || E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 29/04/2024 a 03/05/2024

Média SEMANAL

| | 2º Feira 29/04 | 3ºFeira 30/04 | 4ºFeira 01/05 | 5º Feira 02/05 | 6º Feira 03/05 | |
|---------------------------|--|--|---|--|--|--|
| Desjejum 7:00h | Pão com margarina Leite com cacau 70% | Biscoito salgado Leite com cacau 70% | Bisnaguinha com requeijão iogurte de morango | Biscoito doce Leite com cacau 70% | Pão com requeijão Leite com cacau 70% | |
| Almoço 10:00h | Arroz e feijão Empanado de frango | Arroz e feijão Ovos coloridos Salada: Alface e tomate Fruta: Goiaba | Arroz e feijão Carne em cubos com cenoura e batata Fruta: Banana | Arroz e feijão Quibe Assado Salada: Beterraba e cenoura | Macarrão alho e óleo com brócolis Frango Assado Fruta: Mexerica | |
| Lanche 12:00h | Pão de queijo e iogurte de coco | Torta Salgada Suco de abacaxi | Bolo Simples Suco de Maracujá | Torta de frango Suco de laranja | Cereal de milho com leite | |
| Jantar 15:30h | Sopa de arroz com carne moída | Macarrão com molho de almondugas Fruta: Mexerica | Sopa de macarrão com legumes e frango desfiado | Macarrão com molho de carne de panela Fruta: Goiaba | Sopa de feijão com carne moída Fruta: Banana | |

FICHAS TÉCNICAS

| | | | | | | |
|-------------------------|---------|--------|-------|---------|-------|----------------|
| Kcal (Dia) | 883,4 | 738,5 | 925,4 | 875,5 | 837,1 | 851,98 |
| Carboidratos (g) | 128,0 | 120,01 | 133,0 | 122,8 | 128,1 | 126,38 |
| Proteínas (g) | 35,7 | 30,8 | 45,0 | 37,9 | 36,4 | 37,16 |
| Lipídeos (g) | 26,2 | 16,2 | 23,6 | 26,0 | 20,6 | 22,52 |
| Fibras (g) | 11,9 | 10,1 | 7,7 | 10,5 | 9,1 | 9,86 |
| Vitamina A (mcg) | 76,2 | 58,5 | 163,5 | 118,5 | 135,2 | 110,44 |
| Vitamina C (mg) | 28,3 | 55,2 | 58,4 | 10,0 | 27,3 | 35,84 |
| Sódio (mg) | 1.468,3 | 850,8 | 828,2 | 1.561,9 | 790,3 | 1.099,9 |
| Cálcio (mg) | 179,7 | 165,7 | 417,3 | 253,8 | 187,6 | 240,82 |
| Ferro (mg) | 4,5 | 4,9 | 3,7 | 3,2 | 6,9 | 4,64 |

| DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 1 ANO E.M.El Dulce Vieira do Amaral Semana do dia 06/05/2024 a 10/05/2024 | | | | | | Média SEMANAL |
|---|--|--|--|--|---|------------------|
| | 2º Feira 06/05 | 3ºFeira 07/05 | 4ºFeira 08/05 | 5º Feira 09/05 | 6º Feira 10/05 | |
| Desjejum 7:00h | Pão com margarina Leite com cacau 70% | Biscoito salgado Leite com cacau 70% | Bisnaguinha com requeijão logurte de coco | Biscoito doce Leite com cacau 70% | Pão com requeijão Leite com cacau 70% | |
| Almoço 10:00h | Macarrão com molho de carne moída | Arroz e feijão Carne em cubos com mandioca Salada: Alface e tomate Fruta: Banana | Arroz e strogonoff de carne Salada: Acelga Batata Palha | Arroz feijão Frango com batata e cenoura Fruta: mexerica | Arroz e feijão Escondidinho de carne moída Salada: Repolho e beterraba Fruta: Goiaba | |
| Lanche 12:00h | Bolo de fubá Suco de abacaxi | Torta de frango Suco de melancia | Pão de queijo Suco de Maracujá | Bolo de banana, aveia e maça. Suco de Mamão | Bolo chocolate logurte de coco | |
| Jantar 15:30h | Canja de galinha | Macarrão com molho de carne moída Fruta: Banana | Risoto de frango com salada de cenoura Fruta: Mexerica | Macarrão com molho de frango | Canja de galinha Fruta: Goiaba | |
| FICHAS TÉCNICAS | | | | | | |
| Kcal (Dia) | 883,4 | 738,5 | 925,4 | 875,5 | 837,1 | 851,98 |
| Carboidratos (g) | 128,0 | 120,1 | 133,0 | 122,8 | 128,1 | 126,4 |
| Proteínas (g) | 6,5 | 30,8 | 45,0 | 37,9 | 36,4 | 31,32 |
| Lipídeos (g) | 26,2 | 16,2 | 23,6 | 26,0 | 20,6 | 22,52 |
| Fibras (g) | 11,9 | 10,1 | 7,7 | 10,5 | 9,1 | 9,86 |
| Vitamina A (mcg) | 76,2 | 58,5 | 163,5 | 118,5 | 135,2 | 110,38 |
| Vitamina C (mg) | 28,3 | 55,2 | 58,4 | 10,0 | 27,3 | 35,84 |
| Sódio (mg) | 1.468,3 | 850,8 | 828,2 | 1.561,9 | 790,3 | 1.099,9 |
| Cálcio (mg) | 179,7 | 165,7 | 417,3 | 253,8 | 187,6 | 251,62 |
| Ferro (mg) | 4,5 | 4,9 | 3,7 | 3,2 | 6,9 | 4,64 |

| DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE | | | | | | Média SEMAN AL |
|--|--|---|--|--|---|----------------------|
| CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 1 ANO E.M.El Dulce Vieira do Amaral | | | | | | |
| Semana do dia 13/05/2024 a 17/05/2024 | | | | | | |
| | 2º Feira 13/05 | 3ºFeira 14/05 | 4ºFeira 15/05 | 5º Feira 16/05 | 6º Feira 17/05 | |
| Desjeju m 7:00h | Pão com margarina Leite com cacau 70% | Biscoito salgado Leite com cacau 70% | Bisnaguinha com requeijão logurte de Morango | Biscoito doce Leite com cacau 70% | Pão com requeijão Leite com cacau 70% | |
| Almoço 10:00h | Arroz e feijão Strogonoff de carne | Macarrão com carne moída Fruta: Goiaba | Arroz e feijão Quibe Assado Salada: Alface e tomate Fruta: Mexerica | Arroz e feijão Omelete de forno com legumes Salada: Pepino Fruta: Banana | Arroz e feijão Linguixa assada com batata Salada: Cenoura e beterraba | |
| Lanche 12:00h | Biscoito de polvilho Suco de abacaxi | Pão de queijo Suco de laranja | Bolo de chocolate Suco de melancia | Torta de frango Suco de abacaxi | Bolo pão de ló logurte de morango | |
| Jantar 15:30h | Sopa de feijão com batata e carne moída | Arroz com frango Fruta: Mexerica | Sopa de abóbora com frango desfiado Fruta: Goiaba | Macarrão alho e óleo com brócolis Frango Assado | Sopa de fubá com carne moída Fruta: Banana | |
| FICHAS TÉCNICAS | | | | | | |
| Kcal (Dia) | 837,1 | 1.003,7 | 988,5 | 952,9 | 1.100,8 | 976,6 |
| Carboidra tos(g) | 128,1 | 126,0 | 122,0 | 116,0 | 157,3 | 129,88 |
| Proteínas (g) | 4,8 | 50,6 | 33,3 | 54,4 | 44,7 | 37,56 |
| Lipídeos (g) | 20,6 | 33,3 | 41,8 | 29,9 | 33,3 | 31,78 |
| Fibras (g) | 9,1 | 7,6 | 9,1 | 8,6 | 11,3 | 9,14 |
| Vitamina A (mcg) | 135,2 | 109,8 | 220,4 | 120,7 | 63,4 | 129,9 |
| Vitamina C (mg) | 27,3 | 60,5 | 44,3 | 16,6 | 32,2 | 36,2 |
| Sódio (mg) | 790,3 | 798,8 | 1.566,3 | 1.492,7 | 1.227,1 | 1.175,04 |
| Cálcio (mg) | 187,6 | 281,9 | 371,2 | 249,5 | 198,6 | 257,76 |

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 1 ANO E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 20/05/2024 a 24/05/2024

Média SEMANAL

| | 2º Feira 20/05 | 3ºFeira 21/05 | 4ºFeira 22/05 | 5º Feira 23/05 | 6º Feira 24/05 | |
|---------------------------|--|--|---|--|---|--|
| Desjejum 7:00h | Pão com margarina Leite com cacau 70% | Biscoito salgado Leite com cacau 70% | Bisnaguinha com requeijão iogurte de coco | Biscoito doce Leite com cacau 70% | Pão com requeijão Leite com cacau 70% | |
| Almoço 10:00h | Arroz e feijão e empanado de peixe | Risoto de frango e feijão Salada: Repolho | Macarrão com molho de carne moída Fruta: Banana | Arroz e strogonoff de frango Salada: Rúcula Fruta: Mexerica | Arroz e feijão Carne moída com legumes Salada: Alface e tomate Fruta: Goiaba | |
| Lanche 12:00h | Bolo pão de ló e suco de laranja | Pão de queijo Suco de melancia | Cereal de milho com iogurte | Bolo de aveia, maça e banana Suco de maracujá | Torta de frango Suco de abacaxi | |
| Jantar 15:30h | Sopa de macarrão com legumes e frango | Macarrão com molho de carne moída Fruta: Banana | Sopa de mandioca Fruta: Goiaba | Canja de galinha Fruta: Mexerica | Macarrão com molho de frango | |

FICHAS TÉCNICAS

| | | | | | | |
|-----------------------------|-------|---------|---------|---------|---------|-----------------|
| Kcal (Dia) | 810,9 | 1.038,3 | 1.006,2 | 856,9 | 992,0 | 940,86 |
| Carboidratos(g) | 121,1 | 124,3 | 130,7 | 108,5 | 151,5 | 127,22 |
| Proteínas (g) | 36,5 | 48,6 | 51,3 | 36,6 | 38,6 | 42,32 |
| Lipídeos (g) | 19,8 | 38,9 | 30,8 | 31,0 | 26,6 | 29,42 |
| Fibras (g) | 8,2 | 8,6 | 10,3 | 7,5 | 11,5 | 9,22 |
| Vitamina A (mcg) | 211,8 | 184,2 | 379,5 | 144,8 | 98,0 | 203,66 |
| Vitamina C (mg) | 44,2 | 58,9 | 50,5 | 16,6 | 28,0 | 39,64 |
| Sódio (mg) | 708,9 | 1.492,1 | 995,8 | 1.478,5 | 1.286,3 | 1.192,32 |
| Cálcio (mg) | 250,8 | 384,1 | 298,6 | 247,0 | 200,9 | 276,28 |
| Ferro (mg) | 9,0 | 3,6 | 14,5 | 2,8 | 6,2 | 7,22 |