

CARDÁPIO ANO LETIVO
EMEI – ETAPA MATERNAL/PRÉ-ESCOLA

AGOSTO/2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	31/07	01/08	02/08	03/08	04/08
CAFÉ MANHÃ 8H30	Leite morno (puro ou com cacau) Mini massinha com manteiga	Leite morno (puro ou com cacau) Pão caseiro de beterraba com manteiga	Leite morno (puro ou com cacau) Cookie de banana, aveia e passas	Leite morno (puro ou com cacau) Pão integral caseiro com manteiga	Suco de uva Mini cachorrinho saudável (Mini cacetinho, molho de tomates com cenourinha)
FRUTA 10h	Mamão com aveia	Banana	Laranja céu	Laranja e maçã	Bergamota
ALMOÇO 11h30	Arroz Feijão carioca Carne picadinha sequinha Moranga refogada com temperinho verde Beterraba cozida	Arroz Feijão preto Macarrão ao molho sugo com almôndegas de carne Cenoura cozida	Arroz Feijão Carioca Peixe assado com batata Brócolis cozido	Arroz Feijão preto Coxinha com molho de tomate Polentinha mole Couve-flor cozida	Arroz Feijão carioca Frango em cubos Farofa de cenoura Chuchu e vagem cozidos
LANCHE TARDE/FRUTA 14h	Maçã e melão	Maçã e banana picadas	Leite morno (puro ou com cacau) Cookie de banana, aveia e passas Fruta: banana e laranja	Leite morno (puro ou com cacau) Pão integral caseiro com manteiga Banana e bergamota	Suco de uva Mini cachorrinho saudável (Mini cacetinho, molho de tomates com cenourinha)
JANTA 16H15	Mesmo almoço	Mesmo almoço	Mesmo almoço	Mesmo almoço	Mesmo almoço

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Juliana Guilherme
Nutricionista RT da Alimentação Escolar
CRN2 5788