



Cardápio Pré-Escola (4 - 5 anos) Zona Rural – Período Parcial
Núcleo Educacional Municipal Professor João Jacob Nicodem

DEZEMBRO / 2023

REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 27/11	3ª FEIRA 28/11	4ª FEIRA 29/11	5ª FEIRA 30/11	6ª FEIRA 01/12
Lanche da manhã 09h15 as 09h45 Lanche da tarde 15h15 as 15h45	Biscoito salgado Leite com cacau Maçã	Risoto com frango (desfiado) Repolho Colorido	Arroz e Feijão carioca Carne bovina cubos Alface	Mandioca Carne suína cubos Acelga	Bolo de feijão Suco de uva Laranja
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12
Lanche da manhã 09h15 as 09h45 Lanche da tarde 15h15 as 15h45	Biscoito doce Suco de uva Maçã	Arroz e feijão Carne frango Beterraba com cenoura	Risoto com frango (desfiado) Repolho colorido	Mandioca Carne suína cubos Cenoura e pepino	Cuca Suco de abacaxi Banana
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12
Lanche da manhã 09h15 as 09h45 Lanche da tarde 15h15 as 15h45	Salada de frutas	Macarrão Carne bovina cubos Acelga	Polenta Carne moída bovina Alface	Arroz e feijão Carne frango Tomate e repolho	Biscoito salgado Suco de uva Maçã
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 18/12	3ª FEIRA 19/12	4ª FEIRA 20/12	5ª FEIRA 21/12	6ª FEIRA 22/12
Lanche da manhã 09h15 as 09h45 Lanche da tarde 15h15 as 15h45	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 25/12	3ª FEIRA 26/12	4ª FEIRA 27/12	5ª FEIRA 28/12	6ª FEIRA 29/12
Lanche da manhã 09h15 as 09h45 Lanche da tarde 15h15 as 15h45	FERIADO	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES, SEM AVISO PRÉVIO
	351,4	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		61g - 65%	12g - 10%	14g - 25%	

Nutricionista RT Juliana Canton – CRN 10 3520