



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

JUNHO / 2024

REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 03/06	3ª FEIRA 04/06	4ª FEIRA 05/06	5ª FEIRA 06/06	6ª FEIRA 07/06
Lanche da manhã 09h15 as 09h45	Pão com queijo e mortadela	Risoto	Arroz	Mandioca	Bolacha caseira
Lanche da tarde 15h15 as 15h45	Café com leite Fruta	Repolho colorido	Feijão preto Carne suína moída Farofa de couve e cenoura Acelga	Carne frango em molho Alface	Leite com cacau Fruta
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
Lanche da manhã 09h15 as 09h45	Biscoito doce	Sopa de carne de frango com legumes	Macarrão	Batata corada	Cuca
Lanche da tarde 15h15 as 15h45	Café com leite Fruta	(batatinha, cenoura, chuchu, couve folha, batata salsa)	Carne suína cubos Vagem e tomate	Carne bovina moída Tomate e pepino	Chá de cidreira Fruta
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 17/06	3ª FEIRA 18/06	4ª FEIRA 19/06	5ª FEIRA 20/06	6ª FEIRA 21/06
Lanche da manhã 09h15 as 09h45	Pão com carne frango moída	Polenta	Mandioca	Arroz	Bolo de fubá
Lanche da tarde 15h15 as 15h45	Leite com cacau Fruta	Carne suína moída Beterraba e cenoura cozidas	Carne bovina cubos Chuchu e acelga	Feijão carioca Farofa de couve e cenoura Carne frango moída Alface	Chá de ervas Fruta
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
Lanche da manhã 09h15 as 09h45	Biscoito salgado	Sopa de feijão com massa e legumes	Risoto	Macarrão caseiro	Pão de queijo
Lanche da tarde 15h15 as 15h45	Leite com cacau Fruta		Repolho colorido	Carne bovina cubos Acelga e tomate	Café com leite Fruta

Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES, SEM AVISO PRÉVIO
	355,1	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		62g - 64%	12g - 14%	14g - 22%	

Nutricionista RT Juliana Canton – CRN 10 3520