

**Visão de Nutrição Escolar**
Cardápio dos Centros Municipais de
Educação Infantil - Pré-Escola**AGOSTO/SETEMBRO**
2019

Refeição	Terça-feira 27/08	Quarta-feira 28/08	Quinta-feira 29/08	Sexta-feira 30/08	Segunda-feira 02/09
Café da Manhã	Leite com Achatolado + Pão com Margarina (285,70 Kcal)	Chá Mate + Biscoito (180 Kcal)	Chá Mate + Pão com Doce (186,80 Kcal)	Leite com Achatolado + Biscoito Doce (216 Kcal)	Chá Mate + Bolacha Salgada (212,60 Kcal)
Almoço	Arroz + Feijão + Tiras + Salada de Pepino (138 KCal)	Arroz + Feijão + Carne Moída ao Molho com Batata (165 Kcal)	Arroz + Feijão + Cubos Cozidos + Salada de Brócolis (178,80 Kcal)	Arroz + Feijão + Empanado de Frango + Salada de Cenoura (168 Kcal)	Arroz + Feijão + Ovos Mexidos com Açafrão + Salada de Chuchu (183 Kcal)
Lanche da Tarde	Vitamina de Maça (110 Kcal)	Fruta (120 Kcal)	Fruta (90 Kcal)	Bolo de Fubá + Chá Mate (129 Kcal)	Chá + Biscoito (120 Kcal)
Jantar	Sopa de Legumes com Macarrão (Ave Maria) e Carne (220 Kcal)	Caldo de Mandioca com Legumes e Carne (220 Kcal)	Sopa de Legumes com Macarrão (Ave Maria) e Carne (220 Kcal)	Sopa de Legumes com Macarrão (Ave Maria) (220 Kcal)	Arroz temperado com Ovos e Legumes (142 Kcal)

Sheila C. Sargi
Dra. **Sheila C. Sargi**
NUTRICIONISTA
CRN-8 3504

Cardápio Elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE - Manual de Orientação para alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

O cardápio poderá sofrer algumas alterações, com autorização prévia da Nutricionista. OBS: As saladas e as frutas devem ser feitas de acordo com a disponibilidade sem deixar estragar, não havendo problemas em alterar os dias. Ao chegar produtos que não fazem parte do cardápio, os mesmos deverão ser encaixados, pois trata-se dos itens da Agricultura Familiar. **ATENÇÃO: Se não tiver aceitabilidade o arroz integral, misturar com o arroz branco.** Frutas, legumes e verduras disponíveis da época.