

**Visão de Nutrição Escolar**
Cardápio dos Centros Municipais de
Educação Infantil - Pré-Escola**DEZEMBRO**
2019

Refeição	Terça-feira 10/12	Quarta-feira 11/12	Quinta-feira 12/12	Sexta-feira 13/12	Segunda-feira 16/12
Café da Manhã	Leite com Achatolado + Biscoito Doce (216 Kcal)	Chá de Erva doce + Biscoito Doce (180 Kcal)	Chá Mate + Pão de Cachorrão (186,80 Kcal)	Leite com Achatolado + Biscoito Doce (216 Kcal)	Chá Mate + Bolacha Salgada (212,60 Kcal)
Almoço	Arroz + Feijão + Carne Moída com Mandioca (193,60 Kcal)	Arroz + Feijão + Ovos Cozidos + Salada de Alface (220 Kcal)	Arroz + Feijão + Fígado Acebolado + Salada de Pepino (178,80 Kcal)	Arroz + Feijoada (Linguiça) + Vinagrete de Tomate (168 Kcal)	Arroz Colorido com Proteína de Soja (Cenoura, Milho, Ervilha, Cheiro Verde e Açafrão) + Feijão (200,30 Kcal)
Lanche da Tarde	Gelatina (110 Kcal)	Fruta (123 Kcal)	Fruta (90 Kcal)	Bebida Láctea + Pão com Margarina (129 Kcal)	Fruta (100 Kcal)
Jantar	Polenta à Bolonesa (137 Kcal)	Arroz Temperado com Ovos e Legumes (210 Kcal)	Sopa de Legumes com Macarrão (Ave Maria) (220 Kcal)	Macarrão com Ragú de Linguiça (220 Kcal)	Sopa de Feijão com PTS e Legumes (169,50 Kcal)

*Aos intolerantes à lactose ou alérgicos a proteína da vaca servir suco (polpa ou integral).

Dra. Sheisa 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.**