

CARDÁPIO EMEI (4 a 5 anos) - OUTUBRO 2022

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
1ª semana	03/out	04/out	05/out	06/out	07/out
ENTRADA	Chá Mini pão francês com margarina	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	logurte com fruta	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Chá Mini pão francês com margarina
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Almôndega ao molho de tomate Salada de legume cozido	Arroz/Feijão Carne bovina com legume Fruta	Arroz/Feijão Frango (sassami) refogado com tubérculo Salada de verdura	Arroz/Feijão preto Carne suína com legume Fruta	Arroz/Feijão Linguíça de frango com legume e cebola Virado de legume
2ª semana	10/out	11/out	12/out	13/out	14/out
ENTRADA	Chá Mini pão francês com requeijão	Leite com café Mini pão francês com margarina		Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Leite com café Mini pão francês com margarina
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Frango (sassami) com legume	Arroz/Feijão Carne bovina com legume Fruta	FERIADO	Feijão Risoto de frios com legume Salada de verdura	Arroz/Feijão Estrogonofe de carne bovina Tubérculo refogado Salada de legume

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

CARDÁPIO EMEI (4 a 5 anos) - OUTUBRO 2022

3ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	17/out	18/out	19/out	20/out	21/out
ENTRADA	Leite com café Mini pão francês com margarina	Chá Mini pão francês com margarina	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Leite com café Mini pão francês com margarina	iogurte com fruta
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Ovo mexido com cheiro verde Legume refogado	Arroz/Feijão Frango (sassami) com milho Fruta	Arroz/Feijão preto Virado de linguíça de frango com verdura Verdura refogada	Arroz/Feijão Almôndega 100% carne ao molho de tomate Salada de legume Fruta	Arroz/Feijão Carne suína com tubérculo e legume Salada de verdura e legume

4ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	24/out	25/out	26/out	27/out	28/out
ENTRADA	Composto lácteo Mini pão francês com margarina	Leite com café Mini pão francês com margarina	Chá Mini pão francês com requeijão	Leite com café Mini pão francês com margarina	
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Carne bovina com tubérculo Salada de legume	Feijão Risoto de frango (sassami) com legumes Fruta	Macarrão ao molho de tomate e carne bovina Verdura refogada	Arroz/Feijão Ovos mexidos com cheiro verde Legume refogado Fruta	PONTO FACULTATIVO

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Informação Nutricional	1ª SEMANA				Informação Nutricional	2ª SEMANA			
	Energia Kcal	Proteínas g	Lípidios g	Carboidratos g		Energia Kcal	Proteínas g	Lípidios g	Carboidratos g
SEGUNDA	536,6	13,2	16,4	85,8	SEGUNDA	559,5	20,8	24,4	74,1
TERÇA	608,4	16,7	18,7	63,2	TERÇA	759,3	24,1	16,7	71,2
QUARTA	587,7	23,5	19,9	81,3	QUARTA				
QUINTA	765,2	14,6	21,8	85,4	QUINTA	628,3	11,2	17,9	97,9
SEXTA	609,1	20,4	18,2	77,6	SEXTA	640,7	16,4	22,2	81,4
MÉDIA	621,4	17,7	19,0	78,7	MÉDIA	647,0	18,1	20,3	81,2

Informação Nutricional	3ª SEMANA				Informação Nutricional	4ª SEMANA			
	Energia Kcal	Proteínas g	Lípidios g	Carboidratos g		Energia Kcal	Proteínas g	Lípidios g	Carboidratos g
SEGUNDA	666,3	21,6	20,4	99,9	SEGUNDA	360,9	10,9	6,3	65,3
TERÇA	366,7	11,9	11,7	52,9	TERÇA	713,0	24,3	25,7	95,4
QUARTA	570,1	22,3	17,4	80,8	QUARTA	466,0	18,5	12,0	72,2
QUINTA	557,1	22,0	16,6	80,8	QUINTA	602,5	20,0	19,2	93,6
SEXTA	501,2	17,1	16,9	73,3	SEXTA				
MÉDIA	532,3	19,0	16,6	77,5	MÉDIA	535,6	18,4	15,8	81,6