

CARDÁPIO DEZEMBRO 2024

Escolas Infantil e Fundamental	Nutrição Diária: 20%	Categoria: Ensino infantil e fundamental	Nutricionistas: Thaynná Boza RT CRN8 12563
	Faixa Etária: 4 - 9 anos	Refeições: Lanche	Débora Menegusso QT CRN8 6543
Meio período	Alunos Atendidos: 1564	Período: 02/12/2024 à 13/12/2024	Andréa Rech CRN8 6992

	Segunda - 02	Terça - 03	Quarta - 04	Quinta - 05	Sexta - 06
Lanche	CONSELHO DE CLASSE	Risoto de frango Salada de Brócolis e alface Banana Energia: 302 kcal	Arroz Feijão carioca Carne cozida com Abobrinha Salada de couve Flor Melão Energia: 312 kcal	Arroz Feijão preto Pernil cozido em cubos Salada de Beterraba Energia: 237 kcal	Canjica Melancia Energia: 152 kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média semanal	294,09	53,88	12,84	3,65	6,36	4,84	13,88	62,77	1,47	40	1,52	94,66

	Segunda - 09	Terça - 10	Quarta - 11	Quinta - 12	Sexta - 13
Lanche	Arroz Feijão carioca Frango ao molho Salada de Alface Energia: 306 kcal	Arroz Feijão preto Carne de panela Salada de alface com tomate Banana Energia: 314 kcal	FERIADO	Macarrão Carne moída Salada de cenoura com repolho Melancia Energia: 292 kcal	Arroz doce Melão Energia: 229 kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média semanal	322,36	58,97	14,02	4,25	7,2	14,78	25,3	79	1,7	50,19	2,06	72,53

OBS: De acordo com a **Resolução nº 6, de 08 de maio de 2020** É proibida a oferta de alimentos ultra processados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, devido à safra de algumas frutas e verduras ou outras intercorrências.