

*Informações Nutricionais do  
Cardápio Rotativo*

**CEI Integral**  
**2018**

0  
1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10

+ - ( )  
% / -  
• -



INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CÁLCULO CARDÁPIOS – 2018

CEI INTEGRAL – CRECHE I E II

1ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE I E II										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, omelete de forno (com vagem, abobrinha e cenoura), salada de beterraba cozida e melão. Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã.	894,38	127,59	30,65	29,05	6,54	477,14	163,15	5,36	4,20	252,58	67,77
Lanche da tarde: Papa de lentilha com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e abacaxi. Desjejum: Pão com margarina e leite com café. Almoço: Arroz, feijão, frango com abóbora, salada de repolho e maçã. Colação da tarde: Leite com achocolatado e melão.	898,73	135,42	31,96	25,47	8,19	438,01	389,94	3,89	4,12	264,78	30,97
Lanche da tarde: Papa de mandioca, cenoura, tomate e escarola com carne em cubos e banana. Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão preto, carne em cubos com cebola, farofa (farinha de milho, tomate, cenoura e salsa), salada de alface e melancia. Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão.	1.005,33	150,22	36,60	28,67	9,33	557,78	385,89	5,49	5,84	401,57	66,69
Lanche da tarde: Papa de mandioquinha, cenoura e abobrinha com macarrão e carne em cubos e bolo. Desjejum: Pão com margarina e leite com café. Almoço: Arroz, feijão, frango com cenoura, salada de acelga com tomate e banana. Colação da tarde: Leite e melão.	881,81	134,46	32,64	23,71	8,22	436,51	419,19	3,33	3,46	380,11	39,99
Lanche da tarde: Papa de inhame, batata, cenoura e brócolis com frango e maçã. Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, macarrão padre nosso ao sugo, carne moída com abobrinha, salada de escarola e mamão. Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã.	874,70	125,66	33,11	26,63	7,08	466,47	370,26	4,39	4,56	376,05	110,97
Lanche da tarde: Canja (arroz, frango, batata, cenoura e abobrinha) e melancia.											

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

2ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE I E II										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, croquete de atum, abobrinha refogada, salada de repolho e abacaxi. Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão. Lanche da tarde: Papa de feijão com batata, chuchu e macarrão e maçã.	868,4	136,52	28,12	23,32	6,98	474,22	396,75	4,89	388,26	75,69	104,65
Desjejum: Pão com margarina e leite com café. Almoço: Arroz, feijão, frango com tomate, purê de batata com mandioquinha, salada de pepino e banana. Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã. Lanche da tarde: Papa de cenoura, chuchu e abobrinha com fubá, couve e frango e melão.	914,30	133,55	36,20	26,14	8,43	480,19	427,13	3,92	3,74	304,08	60,99
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, carne em cubos com mandioca, salada de alface e melancia. Colação da tarde: Leite e mamão. Lanche da tarde: Creme de mandioquinha, abóbora e vagem com batata flocada e frango e banana.	940,50	140,95	37,67	25,12	8,05	457,63	402,54	4,52	5,22	188,56	70,14
Desjejum: Pão com margarina e leite com café. Almoço: Arroz com frango, feijão, legumes sauté (cenoura e chuchu), salada de acelga e maçã. Colação da tarde: Leite com achocolatado e banana. Lanche da tarde: Papa de ervilha com batata doce, chuchu, tomate e espinafre com macarrão e bolo.	882,40	149,09	30,73	18,13	9,75	452,18	442,31	4,36	3,77	197,49	31,72
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, carne moída com vagem, polenta, salada de escarola e melão. Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã. Lanche da tarde: Papa de mandioca, cenoura e tomate com carne em cubos e abacaxi.	896,70	134,48	33,32	25,06	7,34	465,74	396,61	5,02	5,61	243,5	70,58

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

3ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE I E II										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
<p><b>Desjejum:</b> Pão com margarina e leite com achocolatado.</p> <p><b>Almoço:</b> Arroz, feijão, virado de ovos com legumes (tomate, cenoura e salsa), salada de beterraba cozida e melancia.</p> <p><b>Colação da tarde:</b> Leite com achocolatado e melão.</p> <p><b>Lanche da tarde:</b> Papa de ervilha com batata doce, chuchu, tomate e espinafre com macarrão e abacaxi.</p>	930,40	143,06	28,66	27,06	9,22	486,44	425,6	5,28	4,1	146,97	77,17
<p><b>Desjejum:</b> Pão com margarina e leite com café.</p> <p><b>Almoço:</b> Arroz, feijão, macarrão parafuso ao sugo, frango com mandioquinha, salada de alface e melão.</p> <p><b>Colação da tarde:</b> Vitamina de banana com mamão.</p> <p><b>Lanche da tarde:</b> Papa de batata, cenoura e abobrinha com arroz e carne em cubos e maçã.</p>	828,40	123,65	30,13	23,7	7,45	379,74	383,02	3,09	3,8	298,8	65,28
<p><b>Desjejum:</b> Pão com margarina e leite com achocolatado.</p> <p><b>Almoço:</b> Arroz, feijão preto, carne em cubos com cebola, virado de couve, salada de tomate e abacaxi.</p> <p><b>Colação da tarde:</b> Leite com achocolatado e maçã.</p> <p><b>Lanche da tarde:</b> Papa de mandioquinha, cenoura e abobrinha com macarrão e frango e laranja.</p>	911,50	130,33	36,04	27,33	8,1	498,02	369,25	4,64	5,21	290,33	129,33
<p><b>Desjejum:</b> Pão com margarina e leite com café.</p> <p><b>Almoço:</b> Arroz, feijão, frango com abobrinha, salada de escarola e maçã.</p> <p><b>Colação da tarde:</b> Leite e mamão.</p> <p><b>Lanche da tarde:</b> Papa de cenoura, chuchu e abobrinha com fubá, couve e frango e banana.</p>	873,90	131,02	32,66	24,36	9,54	475,7	387,6	3,45	3,47	335,7	81,02
<p><b>Desjejum:</b> Pão com margarina e leite com achocolatado.</p> <p><b>Almoço:</b> Arroz, feijão, carne moída com batata, salada de pepino com tomate e mamão.</p> <p><b>Colação da tarde:</b> Leite com achocolatado e melão.</p> <p><b>Lanche da tarde:</b> Papa de lentilha com batata, cenoura, abobrinha e macarrão e bolo.</p>	935,46	134,64	31,56	30,07	7,07	464,45	407,4	5,21	4,94	366,57	116,72

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

4ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE I E II										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
<p>Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.</p> <p>Almoço: Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura, abobrinha e salsa, salada de acelga e melancia.</p> <p>Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã.</p> <p>Lanche da tarde: Papa de feijão com batata, chuchu e macarrão e melão.</p>	875,70	123,68	30,3	28,87	3,94	468,77	411,18	5,47	3,99	115,14	42,83
<p>Desjejum: Pão com margarina e leite com café.</p> <p>Almoço: Arroz com frango, feijão, salada de cenoura com vagem e banana.</p> <p>Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão.</p> <p>Lanche da tarde: Papa de lentilha com batata, cenoura e abobrinha e macarrão e maçã.</p>	892,10	137,03	30,48	24,67	8,26	445,06	394,83	4,23	3,63	379,14	63,5
<p>Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.</p> <p>Almoço: Arroz, feijão, carne moída com legumes (cenoura e chuchu), salada de alface e melão.</p> <p>Colação da tarde: Leite e maçã.</p> <p>Lanche da tarde: Papa de mandioca, cenoura, tomate com escarola e carne em cubos e banana.</p>	872,39	125,87	32,28	26,64	7,56	435,83	365,92	4,24	5,35	335,45	35,15
<p>Desjejum: Pão com margarina e leite com café.</p> <p>Almoço: Arroz, feijão, carne em cubos com cenoura, purê de batata flocada, salada de tomate e abacaxi.</p> <p>Colação da tarde: Leite com achocolatado e banana.</p> <p>Lanche da tarde: Papa de batata, cenoura e abobrinha com macarrão e carne em cubos e melancia.</p>	929,60	136,75	35,1	26,91	7,21	480,54	420,39	4,73	5,64	437,66	79,78
<p>Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.</p> <p>Almoço: Arroz, feijão, frango com abobrinha, salada de escarola e maçã.</p> <p>Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão.</p> <p>Lanche da tarde: Creme de mandioquinha, abóbora e vagem com batata flocada e frango e bolo.</p>	899,10	128,54	32,05	28,53	6,98	453,78	384,66	3,81	3,34	120,17	56,33

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

5ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE I E II										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	909,80	130,75	28,73	30,21	8,93	465,68	400,7	4,98	4,54	102,17	70,62
Almoço: Arroz, feijão, alμόndega assada, abobrinha refogada, salada de repolho e melão.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão.											
Lanche da tarde: Papa de ervilha com batata doce, chuchu, tomate e espinafre com macarrão e maçã.	963,70	132,91	35,75	32,11	9,5	550,97	481,94	3,93	3,83	354,82	155,46
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.											
Almoço: Arroz com frango, feijão, creme de milho, salada de tomate e abacaxi.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e banana.	831,50	134,34	27,47	20,48	8,09	463,41	386,36	4,01	4,64	334,32	44,01
Lanche da tarde: Papa de cenoura, chuchu, abobrinha com fubá, couve e frango e mamão.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.											
Almoço: Arroz, feijão, macarrão parafuso ao sugo, carne em cubos com brócolis, salada de acelga e melancia.	910,50	142,73	31,14	23,9	7,23	455,21	431,74	5,18	4,87	102,03	80,08
Colação da tarde: Leite e maçã.											
Lanche da tarde: Papa de mandiquinha, cenoura e abobrinha com macarrão e frango e banana.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	945,00	130,77	34,12	31,72	6,75	524,48	366,99	4,09	4,26	169,98	104,75
Almoço: Arroz, feijão, carne moída com batata doce, salada de alface e banana.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão.											
Lanche da tarde: Papa de feijão com batata, chuchu e macarrão e melão.	945,00	130,77	34,12	31,72	6,75	524,48	366,99	4,09	4,26	169,98	104,75
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.											
Almoço: Arroz, feijão, frango com tomate, purê de batata flocada, salada de escarola e mamão.											
Colação da tarde: Leite e maçã.	945,00	130,77	34,12	31,72	6,75	524,48	366,99	4,09	4,26	169,98	104,75
Lanche da tarde: Papa de abóbora, tomate e escarola com carne em cubos e bolo de aniversário.											
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
MÉDIA	902,65	134,16	32,30	26,31	7,83	470,16	392,45	4,46	19,78	262,95	74,26
RECOMENDAÇÃO FNDE - ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL											
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Escolares de 1 – 3 Anos	700	114,9	21,9	17,5	13,3	350	56	4,9	2,1	210	12

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CÁLCULO CARDÁPIOS – 2018

CEI INTEGRAL – CRECHE III

1ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE III										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	977,54	132,61	30,00	36,34	5,41	473,65	144,02	5,38	4,88	111,31	39,97
Almoço: Arroz, feijão, omelete de forno (com vagem, abobrinha e cenoura), salada de beterraba cozida e melão.											
Colação da tarde: Suco de abacaxi e maçã.											
Lanche da tarde: Bisnaguinha com margarina e leite com achocolatado.	922,66	136,45	34,29	26,63	8,65	439,58	147,10	4,12	4,60	264,93	33,53
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.											
Almoço: Arroz, feijão, frango com abóbora, salada de repolho e maçã											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e melão.	1.171,17	177,03	40,97	33,24	10,22	821,12	218,52	6,13	6,13	185,37	61,07
Lanche da tarde: Papa de mandioca, cenoura, tomate e escarola com carne em cubos e banana.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.											
Almoço: Arroz, feijão preto, carne em cubos com cebola, farofa (farinha de milho, tomate, cenoura e salsa), salada de alface e melancia.	953,20	143,91	33,62	27,01	6,48	453,44	196,16	4,12	4,57	161,40	36,66
Colação da tarde: Suco de maracujá e mamão.											
Lanche da tarde: Bolo de banana e leite com achocolatado.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	874,30	125,60	33,03	26,62	7,06	464,68	370,26	4,36	4,55	367,33	110,45
Almoço: Arroz, feijão, frango com cenoura, salada de acelga com tomate e banana.											
Colação da tarde: Leite e melão.											
Lanche da tarde: Pão com patê de atum e suco de limão.	874,30	125,60	33,03	26,62	7,06	464,68	370,26	4,36	4,55	367,33	110,45
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.											
Almoço: Arroz, feijão, macarrão padre nosso ao sugo, carne moída com abobrinha, salada de escarola e mamão.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã.	874,30	125,60	33,03	26,62	7,06	464,68	370,26	4,36	4,55	367,33	110,45
Lanche da tarde: Canja (arroz, frango, batata, cenoura e abobrinha) e melancia.											

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

2ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE III										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	887,60	136,71	28,14	25,36	7,03	475,32	429,57	4,92	3,55	78,34	102,42
Almoço: Arroz, feijão, croquete de atum, abobrinha refogada, salada de repolho e abacaxi.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão.											
Lanche da tarde: Papa de feijão com batata, chuchu e macarrão e maçã.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	1026,77	161,27	31,52	28,4	7,4	470,11	376,38	4,44	4,55	20,74	33,69
Almoço: Arroz, feijão, frango com tomate, purê de batata com mandioquinha, salada de pepino e banana.											
Colação da tarde: Suco de limão e maçã.											
Lanche da tarde: Pão com margarina e leite com achocolatado.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	948,89	153,97	33,85	21,96	8,48	275,96	438,6	4,73	4,85	184,6	40,9
Almoço: Arroz, feijão, carne em cubos com mandioca, salada de alface e melancia.											
Colação da tarde: Leite e mamão.											
Lanche da tarde: Creme de mandioquinha, abóbora e vagem com batata flocada e frango e banana.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	994,74	154,23	28,76	29,2	5,52	428,7	409,33	4,15	3,41	173,57	19,99
Almoço: Arroz com frango, feijão, legumes sauté (cenoura e chuchu), salada de acelga e maçã.											
Colação da tarde: Suco de maracujá e banana.											
Lanche da tarde: Bolo nega maluca e leite com achocolatado.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	986,29	144,46	37,63	28,66	5,83	469,45	5,87	7,06	384,83	34,11	41,88
Almoço: Arroz, feijão, carne moída com vagem, polenta, salada de escarola e melão.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã.											
Lanche da tarde: Pão com carne em cubos desfiada ao molho e suco de abacaxi.											



INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

3ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE III										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	1026,50	148,79	33,53	33,02	5,79	620,82	460,79	5,01	4,65	123,49	69,51
Almoço: Arroz, feijão, virado de ovos com legumes (tomate, cenoura e salsa), salada de beterraba cozida e melancia.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e melão.											
Lanche da tarde: Torta de frios, suco de maracujá e abacaxi.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	842,10	126,8	30,35	23,72	7,8	382,91	432,05	3,23	3,84	304,18	66,93
Almoço: Arroz, feijão, macarrão parafuso ao sugo, frango com mandioquinha, salada de alface e melão.											
Colação da tarde: Vitamina de banana com mamão.											
Lanche da tarde: Papa de batata, cenoura e abobrinha com arroz e carne em cubos e maçã.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	1023,68	150,47	40,64	28,8	6,54	494,75	384,89	5,58	6,35	86,85	144,15
Almoço: Arroz, feijão preto, carne em cubos com cebola, virado de couve, salada de tomate e abacaxi.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã.											
Lanche da tarde: Pão com frango desfiado ao molho e suco de laranja.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	871,09	130,6	32,56	24,27	9,4	473,63	386,41	3,42	3,45	333,62	80,27
Almoço: Arroz, feijão, frango com abobrinha, salada de escarola e maçã.											
Colação da tarde: Leite e mamão.											
Lanche da tarde: Papa de cenoura, chuchu e abobrinha com fubá, couve e frango e banana.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	1015,40	150,88	29,72	32,55	5,83	476,33	376,08	4,63	4,65	225,75	118,17
Almoço: Arroz, feijão, carne moída com batata, salada de pepino com tomate e mamão.											
Colação da tarde: Suco de limão de melão.											
Lanche da tarde: Bolo de cenoura com calda de chocolate e leite com achocolatado.											

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

4ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE III										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípideos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	875,91	123,71	30,31	28,87	3,58	464,67	438,17	5,22	3,89	113,47	33,7
Almoço: Arroz, feijão, ovos mexidos com cenoura, abobrinha e salsa, salada de acelga e melancia.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e maçã.											
Lanche da tarde: Papa de feijão com batata, chuchu e macarrão e melão.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	967,48	149,23	31,88	27	6,97	492,05	172,65	4,47	4,61	163,7	75,22
Almoço: Arroz com frango, feijão, salada de cenoura com vagem e banana.											
Colação da tarde: Suco de abacaxi e mamão.											
Lanche da tarde: Pão com requeijão e leite com achocolatado.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	872,40	125,87	32,28	26,64	7,56	435,83	400,87	4,24	5,35	335,45	35,15
Almoço: Arroz, feijão, carne moída com legumes (cenoura e chuchu), salada de alface e melão.											
Colação da tarde: Leite e maçã.											
Lanche da tarde: Papa de mandioca, cenoura, tomate com escarola e carne em cubos e banana.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com café.	1042,26	155,83	36,94	30,13	6,99	489,76	219,33	5,54	6,7	206,54	60,94
Almoço: Arroz, feijão, carne em cubos com cenoura, purê de batata flocada, salada de tomate e abacaxi.											
Colação da tarde: Leite com achocolatado e banana.											
Lanche da tarde: Pão com carne em cubos desfiada ao molho e suco de melancia.											
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado.	968,30	146,56	27,67	30,15	5,28	437,87	169,26	3,77	3,19	78,6	60,15
Almoço: Arroz, feijão, frango com abobrinha, salada de escarola e maçã.											
Colação da tarde: Suco de maracujá e mamão.											
Lanche da tarde: Bolo de laranja e leite com achocolatado.											

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS DOS CARDÁPIOS - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

5ª SEMANA	CEI INTEGRAL – CRECHE III										
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, almôndega assada, abobrinha refogada, salada de repolho e melão. Colação da tarde: Leite com achocolatado e mamão. Lanche da tarde: Papa de ervilha com batata doce, chuchu, tomate e espinafre com macarrão e maçã.	909,83	130,75	28,73	30,21	8,93	465,68	434,28	4,98	4,54	102,17	70,62
Desjejum: Pão com margarina e leite com café. Almoço: Arroz com frango, feijão, creme de milho, salada de tomate e abacaxi. Colação da tarde: Leite com achocolatado e banana. Lanche da tarde: Torta de frango, suco de abacaxi e mamão.	979,77	137,02	37,09	31,48	4,91	494,1	180,19	3,45	3,69	72,59	25,29
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, macarrão parafuso ao sugo, carne em cubos com brócolis, salada de acelga e melancia. Colação da tarde: Leite e maçã. Lanche da tarde: Papa de mandioca, cenoura e abobrinha com macarrão e frango e banana.	1122,00	156,29	39,06	37,84	8,34	556,44	299,02	4,08	3,95	136,31	159,74
Desjejum: Pão com margarina e leite com café. Almoço: Arroz, feijão, carne moída com batata doce, salada de alface e banana. Colação da tarde: Suco de limão e mamão. Lanche da tarde: Pão com margarina e leite com achocolatado.	1050,74	157,03	31,01	33,17	7,64	471,62	206,44	4,64	5,61	92,31	71,62
Desjejum: Pão com margarina e leite com achocolatado. Almoço: Arroz, feijão, frango com tomate, purê de batata flocada, salada de escarola e mamão. Colação da tarde: Leite e maçã. Lanche da tarde: Bisnaguinha com carne em cubos desfiada ao molho, suco de maracujá e bolo de aniversário.	1229,70	186,2	35,75	37,98	6,5	584,51	170,63	4,92	4,79	155,55	94,59

	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
<b>MÉDIA</b>	<b>981,61</b>	<b>145,69</b>	<b>33,17</b>	<b>29,57</b>	<b>6,97</b>	<b>484,52</b>	<b>298,67</b>	<b>4,66</b>	<b>19,81</b>	<b>164,49</b>	<b>67,46</b>

RECOMENDAÇÃO FNDE - ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL											
	Valor energético (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
<b>Escolares de 1 – 3 Anos</b>	<b>700</b>	<b>114,9</b>	<b>21,9</b>	<b>17,5</b>	<b>13,3</b>	<b>350</b>	<b>56</b>	<b>4,9</b>	<b>2,1</b>	<b>210</b>	<b>12</b>