



CARDÁPIO - Infantil  
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

MAIO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 06/05	TERÇA-FEIRA 07/05	QUARTA-FEIRA 08/05	QUINTA-FEIRA 09/05	SEXTA-FEIRA 10/05							
<b>TURNO MATUTINO</b>												
<b>Café da manhã 8h</b>	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno c/ cacau  BANANA	iogurte de soja natural batido c/ MANGA madura e uva passas BRANCA Flocos de milho  MAÇÃ	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Suco de Maça Integral  CAQUI	Pão mini de abóbora s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno c/ cacau MAMÃO	Bolo de Fubá com coco ralado sem açúcar, sem leite Leite de soja morno com cacau  MANGA CUBINHOS							
<b>Almoço 11h</b>	Risoto de frango Lentilha Salada: repolho roxo Salada: chuchu cubos	Arroz Feijão Preto Carne iscas com abóbora cubos ao sugo Salada: beterraba cubos Salada: alface	Arroz Feijão Carioca Filé de frango cubos com grão de bico Salada: Acelga tirinhas Salada: Cenoura rodela	Arroz carreteiro Feijão Preto Seleta de legumes (milho/ chuchu /vagem)	Macarronada: Macarrão Parafuso Carne moída ao sugo Salada: Acelga tirinhas Salada: beterraba							
<b>TURNO VESPERTINO</b>												
<b>Café da tarde 14h</b>	LARANJA MAMÃO	Torta de frango c/legumes (frango/cenoura/tomate/ repolho/salsa) sem leite Suco de Uva Integral  MELÃO CUBINHOS	BANANA MAMÃO	Brownie de cacau, sem leite Leite de soja Puro CAQUI	Pão mini de abóbora s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno c/ cacau							
<b>Jantar 16h</b>	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo Farofa funcional Salada: Repolho roxo Salada: vagem	Arroz Feijão Preto Filé de coxa assada cubos com tomate Salada: Alface Salada: Cenoura rodela	Arroz Feijão Carioca Estopinha (Filé de Cação, cebola, tomate) Farofa Funcional Salada: Tomate/pepino cubos	Polenta Filé de peito em cubos com brócolis ao sugo Salada: Acelga tirinhas Salada: beterraba	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo Farofa funcional Salada: Repolho roxo Salada: vagem							
<b>Composição nutricional (média semanal de um turno)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>FIBRAS (g)</b>	<b>Vit. A (g)</b>	<b>Vit. C (g)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Mg (mg)</b>	<b>Zn (mg)</b>	<b>Na (mg)</b>
	1168,5	175,6	50,1	32,7	20,4	579,8	105,6	516,4	9,0	218,8	80,9	1547,8

**Observações:** Oferecer bastante água nos intervalos das refeições para manter as crianças hidratadas. Utilizar frutas que forem enviadas conforme disponibilidade. As refeições devem ter consistência conforme a aceitação e capacidade de mastigação de cada criança. Devem ser amassados para servir, não batidos no liquidificador para estimular a mastigação das crianças. Utilizar os legumes conforme a disponibilidade. O cardápio poderá sofrer alterações de substituição por alimentos de mesmo valor nutricional caso haja alguma intercorrência no fornecimento dos alimentos deste cardápio.



**Elaine M. Prestes**  
CRN 10 3228

**Sandra Maria Pereira**  
CRN 10 0275