



CARDÁPIO - Infantil  
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

JUNHO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 03/06	TERÇA-FEIRA 04/06	QUARTA-FEIRA 05/06	QUINTA-FEIRA 06/06	SEXTA-FEIRA 07/06							
<b>TURNO MATUTINO</b>												
<b>Café da manhã 8h</b>	Omelete de forno (ovos/cenoura ralada/tomate sem semente/leite de soja/farinha de trigo/sal/salsinha) Leite de soja morno e cacau	Pão mini sem açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno e cacau MAÇA	Pão integral s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno e cacau BANANA	Brownie de cacau Leite de soja morno e cacau MAÇA	Pão caseiro s/ açúcar Manteiga vegana Leite de soja morno e cacau MAMÃO							
<b>Almoço 11h</b>	MAÇA Arroz Lentilha Filé de frango cubos ao sugo Purê de Abóbora Salada: Acelga tirinhas	Arroz Feijão Preto Carne moída ao sugo Farofa funcional Salada: Beterraba cubos Salada: Repolho roxo	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo com batata doce cubos Salada: Acelga Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos com milho liquidificado Salada: Mix de folhas (repolho verde/roxa/acelga)	Arroz Feijão Preto Carne moída ao sugo Purê de batata Salada :Tomate cubos com repolho							
<b>TURNO VESPERTINO</b>												
<b>Café da tarde 14h</b>	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar Leite de soja morno e cacau MAÇA	Pão integral s/ açúcar Manteiga vegana Leite de soja morno e cacau LARANJA	Pão mini sem açúcar Manteiga vegana Leite de soja morno e cacau TANGERINA	Pão caseiro s/ açúcar Manteiga vegana Leite de soja morno e cacau BANANA	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar Leite de soja morno e cacau MANGA							
<b>Jantar 16h</b>	Arroz Feijão Preto Carne iscas ao sugo Salada: Chuchu cubos Beterraba cubos	Polenta Filé de peito em cubos com ervilha partida ao sugo Seleta de legumes (batata /cenoura)	Arroz Feijão Preto Carne moída ao sugo Legumes refogados: (Brócolis com abóbora cubos)	Sopa de macarrão cabelo de anjo com legumes e carne bovina cubos (aipim/cenoura/chuchu/espinafre/salsinha)	Arroz Feijão Preto Ovos cozidos Seleta de legumes (chuchu /cenoura)							
<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>
	1105,5	156,1	53,5	32,7	18,0	495,0	101,3	471,4	8,3	201,5	72,5	1724,8

**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