



CARDÁPIO - Infantil  
ALERGIA À PROTEÍNA DE LEITE DE VACA

MARÇO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 04/03	TERÇA-FEIRA 05/03	QUARTA-FEIRA 06/03	QUINTA-FEIRA 07/03	SEXTA-FEIRA 08/03
<b>TURNO MATUTINO</b>					
<b>Café da manhã 8h</b>	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno com caldo de uva passa BRANCA e cacau BANANA	iogurte de soja Natural batido com manga madura e uva passa Branca Flocos de milho MAÇA	Pão mini sem açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno com caldo de uva passa BRANCA e cacau MANGA	<b>Browne de cacau (uva passa preta)</b> Suco de Maça Integral  BANANA	Pão caseiro sem açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja morno com caldo de uva passa BRANCA e cacau LARANJA
<b>Almoço 11h</b>	Arroz Lentilha Carne moída com abóbora cubos Salada: Chuchu cubos Salada: Repolho roxo	Arroz Feijão Preto Frango cubos com ervilha seca Purê de batata Salada: Beterraba cubos	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo <b>Salada: Acelga tirinhas</b> Salada: Cenoura rodelas	Arroz Carreiroiro Feijão Preto Salada: Tomate cubos <b>Salada: Repolho</b>	Macarronada: Macarrão Padre Nosso Filé de frango ao molho Legumes refogados <b>(cenoura-repolho)</b>
<b>TURNO VESPERTINO</b>					
<b>Café da tarde 14h</b>	MELÃO MAÇA	Bolo de banana com uva passa preta farinha de aveia sem açúcar, sem leite Suco de maça integral MELANCIA	BANANA MAMÃO	Smoothie de banana caturra (leite de soja) madura com uva passa BRANCA Flocos de milho s/ açúcar GOIABA	Bolo de Fubá com coco e uva passa branca ralado s/ açúcar sem leite Leite de soja morno com caldo de uva passa BRANCA e cacau MAÇA
<b>Jantar 16h</b>	Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos com batata/tomate assado Farofa funcional Salada: Acelga tirinhas	Macarronada: Macarrão Padre Nosso Carne moída ao sugo Salada: Chuchu cubos Salada: Repolho	Risoto de frango Lentilha <b>Salada: Pepino cubos</b> Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Preto Ovos cozidos <b>Seleto de legumes (batata-cenoura)</b>	Arroz Feijão Preto Carne iscas ao sugo Purê de Abóbora

Composição nutricional (média semanal de um turno)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (g)	Vit. C (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	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