PREFEITURA MUNICIPAL DE FORQUILHINHA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Cardápio para Alimentação Escolar – Pré-Escolar CEI Ana Paulina - Outubro de 2023

Idade: 4 a 5 anos

			LANCHE 1				***LANCHE 2***
	DIA		**PRATO PRINCIPAL**	**GUARNIÇÃO**	**BEBIDA**	**SALADA**	**FRUTA/BISCOITO**
SEMANA 1	04/out	4ª	Pão de cachorro-quente com ovo	-	Suco de uva	-	Banana
	05/out	5ª	Macarrão com molho de frango	-	-	Alface e tomate	Mamão
	06/out	6ª	Bolo de cenoura	-	Leite com café	-	Maçã
	-	-	-	-	-	-	-
	09/out	2ª	Risoto de frango	Pipoca salgada	-	Cenoura ralada	Banana
	10/out	3ª	Salada de frutas com aveia e bebida láctea	-	-	-	Laranja
SEMANA 2	11/out	4ª	Pão de cachorro-quente com nata	Barra de banana	Suco polpa de abacaxi	-	Banana
	12/out	5ª	FERIADO	-	-	-	-
	13/out	6ª	RECESSO	-	-	-	-
	-	-	-	-	-	-	-
	16/out	2ª	Arroz com ovo	-	-	Tomate	Laranja
	17/out	3ª	Iscas refogadas	Minestra	-	Repolho	Melão
SEMANA 3	18/out	4ª	Pão de cachorro-quente com manteiga	-	Suco de maracujá	-	Banana
	19/out	5ª	Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo	-	-	-	Maçã
	20/out	6ª	Carne moída	Arroz e feijão	-	Couve picada	Melão
	-	-	-	-	-	-	-
	23/out	2ª	Risoto de frango	-	-	Cenoura ralada	Melão
	24/out	3ª	Bolo de milho	-	Suco de uva	-	Bergamota
SEMANA 4	25/out	4ª	Sanduíche com queijo, alface e tomate	-	Suco polpa de morango	-	Banana
	26/out	5ª	Bolo de coco	-	Leite com café	-	Mamão
	27/out	6ª	Macarrão com molho de frango	-	-	Brócolis	Laranja
	-	-	-	-	-	-	-
	30/out	2ª	Biscoito salgado	-	Suco de uva	-	Maçã
	31/out	3ª	Ovos mexidos com espinafre	Minestra de macarrão	-	Repolho e cenoura picados	Melão

Informação nutricional (média diária)	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Fibras (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)
	382	70	12,4	8,7	5,5	175	53,8	130	0,9	52	1,0

Daniela Hobold
Nutricionista Responsável - CRN10 1578