

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IARAS - SP  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO- CEI E Pré-escola EMEI “Oscar Damiano”**

**FAIXA ETÁRIA (3 ANOS – 5 ANOS)**

**ZONA URBANA/ PERÍODO PARCIAL CARDÁPIO CONSIDERANDO 2 PRINCIPAIS REFEIÇÕES**

**JANEIRO - 2023**

	<b>2ª FEIRA 27/02</b>	<b>3ª FEIRA 28/02</b>	<b>4ª FEIRA 01/03</b>	<b>5ª FEIRA 02/03</b>	<b>6ª FEIRA 03/03</b>				
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLACHA DOCE	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	LEITE C/ ACHOCOLATADO BOLACHA DOCE	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA				
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FUBAZINHO C/ CARNE MOÍDA REFOGADO DE ABOBRINHA  SALADA: ALMEIRÃO C/ TOMATE  FRUTA: LARANJA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE EM CUBOS C/ LEGUMES  SALADA:ALFACE  SOBREMESA: GELATINA	ARROZ BRANCO STROGONOFF DE FRANGO PURÊ DE BATATA DOCE  SALADA: CHICÓRIA  FRUTA: MELÃO	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE EM CUBOS  SALADA: COUVE  SOBREMESA: GELATINA	RISOTO DE FRANGO C/ LEGUMES  SALADA: BETERRABA  FRUTA:LARANJA				
<b>LANCHE DA TARDE</b>	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	MINGAU DE MAIZENA BOLACHA ÁGUA E SAL	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	VITAMINA DE MORANGO BOLO DE CHOCOLATE	MINGAU DE MAIZENA BOLACHA ÁGUA E SAL				
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
			<b>g %</b>	<b>g %</b>	<b>g %</b>		<b>Fe (mg)</b>	<b>Na (mg)</b>	

\*Cardápio sujeito a alterações.

**Francisca Neidiane Costa Lima** *Nutricionista Responsável* CRN 3 69518