

CARDÁPIO 1 - PRÉ ESCOLA - 4 à 5 anos (Intolerância ao Glúten e Lactose)

	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira		
SEMANAS											
SEMANA 07 À 11/02/2022	CAFÉ COM LEITE SEM LACTOSE BISCOITO SEM GLÚTEN E SEM LEITE MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO VERMELHO SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA SUCO		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS SALADA DE ACELGA COM LARANJA BANANA		PÃO SEM GLÚTEN E SEM LEITE COM QUEIJO SEM LACTOSE SUCO		MACARRÃO SEM GLÚTEN CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA E ABÓBORA SALADA DE CHUCHU SUCO		
SEMANA 14 À 18/02/2022	ARROZ, FEIJÃO, CARNE SUÍNA AO MOLHO SALADA DE REPOLHO COM TOMATE SALPICADOS SUCO		VITAMINA DE BANANA (LEITE SEM LACTOSE) BOLO SEM GLÚTEN E SEM LEITE LARANJA		ARROZ, POLENTA, CARNE ENSOPADA (CARNE EM CUBOS) COM CENOURA E AIPIM SALADA DE ACELGA MAMÃO		MACARRÃO SEM GLÚTEN, SOBRECOXA AO MOLHO SALADA DE BETERRABA BANANA		PÃO SEM GLÚTEN E SEM LEITE, OVOS MEXIDOS COM CENOURA E COUVE SUCO		
Informação Nutricional (Média Semanal)											
SEMANA 07 À 11/02/2022 Energia (Kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais				
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	
442,6	66,0	5,7	13,6	14,2	304,2	20,0	128,2	46,9	3,6	1,0	

Informação Nutricional (Média Semanal)										
SEMANA 14 À 18/02/2022 Energia (Kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
460,2	66,4	4,5	13,6	15,8	384,9	42,6	109,4	54,0	3,8	1,3

Cardápio sujeito à alterações

CARDÁPIO 1 - PRÉ ESCOLA - 4 à 5 anos (Intolerância ao Glúten e Lactose)

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira					
SEMANAS										
SEMANA 21 À 25/02/2022	CREME DE CHOCOLATE (LEITE SEM LACTOSE) BISCOITO SEM GLÚTEN E SEM LEITE LARANJA	GLÚTEN, FRANGO PICADINHO AO MOLHO VERMELHO COM BATATA E ABOBRINHA SALADA DE CENOURA E CHUCHU	PÃO SEM GLÚTEN E SEM LEITE COM CARNE MOÍDA SUCO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM CHEIRO VERDE SALADA DE ACELGA COM LARANJA SUCO	ARROZ CARRETEIRO (ARROZ, CARNE EM ISCAS, COUVE, MILHO) SALADA DE ALFACE BANANA					
SEMANA 28/02 À 04/03/2022	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	CAFÉ COM LEITE SEM LACTOSE BISCOITO SEM GLÚTEN E SEM LEITE MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE SUÍNA SALADA DE ABOBRINHA RALADA SUCO					
Informação Nutricional (Média Semanal)										
SEMANA 21 À 25/02/2022 Energia (Kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
434,5	67,0	3,8	13,4	12,9	308,5	36,9	93,8	44,4	3,6	1,3

Informação Nutricional (Média Semanal)										
SEMANA 28 À 04/03/2022 Energia (Kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
482,7	72,1	5,1	14,0	15,8	150,2	23,9	175,4	49,4	5,6	1,1

Cardápio sujeito à alterações