

## CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA - FAIXA ETÁRIA 03-05 ANOS - PERÍODO PARCIAL 30% MANHÃ

Necessidades Alimentares Especiais: *INTOLERÂNCIA A LACTOSE*

MARÇO / 2026

	SEGUNDA-FEIRA 02-03-2026	TERÇA-FEIRA 03-03-2026	QUARTA-FEIRA 04-03-2026	QUINTA-FEIRA 05-03-2026	SEXTA-FEIRA 06-03-2026
<b>CAFÉ DA MANHÃ 07:00</b>	- PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA -LEITE COM CACAU	- BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E PASSAS -LEITE COM CACAU	-PÃO DE CENOURA E AVEIA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE BANANA, CACAU, AVEIA E PASSAS -LEITE COM CACAU	-PÃO DE MILHO E AVEIA -LEITE COM CACAU
<b>MERENDA MIANHÃ 09:10</b>	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA CENOURA -SALADA CRUA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA COZIDA COM MANDIOCA E MOLHO DE TOMATE - SALADA CRUA	- SOPA: MACARRÃO, BATATA, TOMATE, MOLHO DE SOBRECOXA DE FRANGO, CENOURA E MANDIOCA. -SALADA CRUA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -ESTROGONOFE DE FRANGO COM CENOURA -SALADA CRUA -SUCO	- MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOIDA, CENOURA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA
<b>LANCHE 11:30</b>	- PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA -LEITE COM POLPA DE FRUTA FRUTA IN NATURA	- BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E PASSAS -LEITE COM POLPA DE FRUTA FRUTA IN NATURA	-PÃO DE CENOURA E AVEIA -LEITE COM POLPA DE FRUTA FRUTA IN NATURA	-BOLO DE BANANA, CACAU, AVEIA E PASSAS -LEITE COM POLPA DE FRUTA FRUTA IN NATURA	-PÃO DE MILHO E AVEIA -LEITE COM POLPA DE FRUTA FRUTA IN NATURA
<b>CAFÉ DA TARDE 13:00</b>	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA
<b>MERENDA MIANHÃ 15:15</b>	- MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOIDA, CENOURA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA COM CENOURA -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA COZIDA COM MANDIOCA E MOLHO DE TOMATE - SALADA CRUA -FRUTA	- SOPA: MACARRÃO, BATATA, TOMATE, MOLHO DE SOBRECOXA DE FRANGO, CENOURA E MANDIOCA. -SALADA CRUA -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -ESTROGONOFE DE FRANGO COM CENOURA -SALADA CRUA -FRUTA
<b>CAFÉ DA TARDE II 17:00</b>	- PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA -LEITE COM POLPA DE FRUTA	- BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E PASSAS -LEITE COM POLPA DE FRUTA	-PÃO DE CENOURA E AVEIA -LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE BANANA, CACAU, AVEIA E PASSAS -LEITE COM POLPA DE FRUTA	-PÃO DE MILHO E AVEIA -LEITE COM POLPA DE FRUTA
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b> 496 kcal	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET	<b>LPD (g)</b> 15% a 30% do VET	
	79 g 65%	17g 15%	15g 30%		
<b>NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.</b>					