

Cópia de Lanche Julho a Dezembro

| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 31/08/26                                                    | TERÇA - 01/09/26                                                                                                     | QUARTA - 02/09/26                                                                                      | QUINTA - 03/09/26                                                                                                | SEXTA - 04/09/26                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Canjiquinha com carne suína                                           | Feijão preto   Arroz cozido   Carne músculo picado com extrato de tomate   Batata inglesa cozida (Purê)   Fruta Maça | Sopa de frango (coxa/sobrecoxa)batata/cenoura/repolho, caramujinho   Fruta banana                      | Feijão preto   Arroz cozido   Salada de tomate   Carne suína pernil refogado   Refogado Abobrinha picada simples | Farofa de repolho e cenoura   Ovo mexido   Arroz cozido                                                        |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 369.74 / 1546.96 Proteína (g): 13.55 Lipídeos (g): 13.36 Carboidratos (g): 50.14 Sódio (mg): 1231.88 Fibra Alimentar (g): 8.01 |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                                |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 07/09/26                                                    | TERÇA - 08/09/26                                                                                                     | QUARTA - 09/09/26                                                                                      | QUINTA - 10/09/26                                                                                                | SEXTA - 11/09/26                                                                                               |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Feriado - Feriado                                                     | Carne moída com extrato de tomate   Macarrão espaguete ao sugo                                                       | Risoto de carne (arroz, carne bovina, cheiro verde)   Salada de alface   Fruta Laranja                 | Feijão ( virado/farinha mandioca)   Carne suína pernil refogado   Salada de Pepino   Arroz cozido                | Pudim de chocolate   Fruta banana                                                                              |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 332.09 / 1389.47 Proteína (g): 11.17 Lipídeos (g): 8.96 Carboidratos (g): 51.88 Sódio (mg): 731.36 Fibra Alimentar (g): 5.89   |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                                |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 14/09/26                                                    | TERÇA - 15/09/26                                                                                                     | QUARTA - 16/09/26                                                                                      | QUINTA - 17/09/26                                                                                                | SEXTA - 18/09/26                                                                                               |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Polenta com molho de carne moída                                      | Feijão preto   Arroz cozido   Batata inglesa cozida   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada                         | Macarrão penne com extrato tomate   Salada de repolho roxo   Carne musculo refogado desfiado   Morango | Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de alface                                                | Biscoito cream cracker   Leite, chocolate em pó, amido ( chocolate quente)   Pera                              |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 304.53 / 1274.17 Proteína (g): 11.48 Lipídeos (g): 8.50 Carboidratos (g): 45.87 Sódio (mg): 577.74 Fibra Alimentar (g): 5.16   |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                                |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 21/09/26                                                    | TERÇA - 22/09/26                                                                                                     | QUARTA - 23/09/26                                                                                      | QUINTA - 24/09/26                                                                                                | SEXTA - 25/09/26                                                                                               |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Canjiquinha com carne suína                                           | Farofa de repolho e cenoura   Ovo mexido   Arroz cozido                                                              | Canjica com coco   Fruta mamão                                                                         | Feijão preto   Arroz cozido   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada   Refogado Abobrinha picada simples         | Sopa musculo, batata/cenoura/repolho mac caramujinho   Fruta banana                                            |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 327.26 / 1369.24 Proteína (g): 10.67 Lipídeos (g): 11.65 Carboidratos (g): 45.98 Sódio (mg): 869.52 Fibra Alimentar (g): 5.57  |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                                |
| REFEIÇÕES                                                                                                                                                                | SEGUNDA - 28/09/26                                                    | TERÇA - 29/09/26                                                                                                     | QUARTA - 30/09/26                                                                                      | QUINTA - 01/10/26                                                                                                | SEXTA - 02/10/26                                                                                               |
| Lanche da Tarde                                                                                                                                                          | Carne moída com extrato de tomate   Macarrão penne com extrato tomate | Feijão preto   Arroz cozido   Batata inglesa cozida   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada                         | Sagu com polpa de uva   Pera                                                                           | Feijão preto   Arroz cozido   Carne músculo picado com extrato de tomate   Refogado de repolho                   | Carne suína pernil refogado   Salada de Pepino   Arroz cozido   Feijão ( virado/farinha milho)   Fruta Laranja |
| Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 407.28 / 1704.07 Proteína (g): 15.04 Lipídeos (g): 13.00 Carboidratos (g): 58.58 Sódio (mg): 1186.40 Fibra Alimentar (g): 9.39 |                                                                       |                                                                                                                      |                                                                                                        |                                                                                                                  |                                                                                                                |

Observações: \_\_\_\_\_