

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT

Semana 120/07 — 24/07

Alérgenos:

L

Leite/Lactose

O

Ovo

T

Trigo / Glúten

S

Soja

Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo *CRN 1/5003*, Vania Haraki *CRN 1/4842*, Viviane da Cruz Lima *CRN 1/27348*, Wender Jr. de Deus Silva *CRN 1/21378*

Refeição	Segunda 20/07 Recesso Escolar aos Estudantes	Terça 21/07	Quarta 22/07	Quinta 23/07	Sexta 24/07
Café da Manhã 07h30min	—	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Suco de manga Polpa de Manga, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de banana com cacau e aveia L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Cacau, Leite de Vaca Integral, Açúcar Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	—	Banana nanica Banana Nanica	Uva Uva Itália	Poncã/Mexerica Poncã	Melancia Melancia
Almoço 10h00min	—	Salada de alface com repolho roxo Alface Lisa, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Isclas de Carne bovina de 1ª Alho, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora Cabotiá Cozida Abóbora Cabotiá	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Batata doce cozida Batata Doce	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cenoura, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja
Complemento 13h30	—	—	Mingau de aveia com banana L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—
Jantar 15h30min	—	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína com legumes (cenoura, batata, abóbora cabotiá) Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Pimentão, Abóbora Cabotiá, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína	Salada de chuchu com cheiro verde Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Cenoura e Vagem refogada Cebola, Cenoura, Vagem, Óleo de Soja	Sopa de peito de frango com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Pimentão, Repolho Verde, Peito de Frango, Óleo de Soja

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA | CRECHE (1 A 3 ANOS)

MACRONUTRIENTES

Energia

673 kcal

Carboidratos

99.0 g

Proteínas

28.5 g

Lipídios

18.4 g

Fibra Alimentar

9.2 g

MICRONUTRIENTES

Ferro

3.7 mg

Vit. A

66 mcg

Vit. C

28.8 mg

Cálcio

176 mg

DISTRIBUIÇÃO VET

Carboidratos

58.9%

Proteínas

17.0%

Lipídios

24.6%

Açúcar Adic.

0.0%

Energia Total

673 kcal

* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda27/07	Terça28/07	Quarta29/07	Quinta30/07	Sexta31/07
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de abacaxi com maçã Polpa de Abacaxi, Maçã Fuji, Açúcar Cristal Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Goiaba L Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal, Polpa de Goiaba Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Goiaba Goiaba Vermelha com Casca	Melancia Melancia	Mamão Mamão Formosa
Almoço 10h00min	Salada Acelga e tomate Acelga, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Batata inglesa cozida Batata Inglesa, Sal	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de Feijão com legumes, peito de frango e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Peito de Frango, Feijão Carioca	Salada cozida de chuchu e cenoura Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Bobó de frango L Milho Verde Enlatado Drenado, Alho, Cebola, Mandioca, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Colorau
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—	Banana maçã Banana Maçã
Jantar 15h30min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com chuchu Alho, Cebola, Chuchu, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Salada de Brócolis e Chuchu cozido Brócolis, Chuchu Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Isas de Carne bovina de 1ª com cebola e tomate Cebola, Tomate, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refogada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Risoto de peito de frango com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cebola, Cenoura, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja, Colorau Farofa de beterraba T Alho, Beterraba, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Óleo de Soja	Salada de Acelga, Beterraba e Cenoura Acelga, Beterraba, Cenoura, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Farofa de Fígado e Ovos O T Alho, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Carne Bovina Fígado, Ovo de Galinha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Sal, Óleo de Soja, Pimenta de Cheiro Repolho refogado Cebola, Repolho Verde, Sal, Óleo de Soja	Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)			* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.		
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	680 kcal	Ferro	3.9 mg	Carboidratos	60.1%
Carboidratos	102.2 g	Vit. A	459 mcg	Proteínas	17.2%
Proteínas	29.2 g	Vit. C	54.4 mg	Lipídios	23.3%
Lipídios	17.6 g	Cálcio	198 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	10.5 g			Energia Total	680 kcal

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 03/08	Terça 04/08	Quarta 05/08 Aniversário do Município	Quinta 06/08	Sexta 07/08
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Vitamina de cupuaçu L Leite de Vaca Integral, Açúcar, Polpa de Cupuaçu Pão CQ com requeijão caseiro L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Leite de Vaca Integral, Ovo de Galinha, Margarina	—	Suco de acerola com cenoura Cenoura, Polpa de Acerola, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	—	Melancia Melancia	Manga Manga Tommy Atkins
Almoço 10h00min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha seca Alho, Cebola, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha Enlatada Drenada	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Couve refogada Cebola, Couve Manteiga, Sal, Óleo de Soja	—	Salada de Cenoura e Vagem cozida Cenoura, Vagem, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Escondidinho de Frango T Alho, Batata Inglesa, Cebola, Tomate, Manteiga com Sal, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Pimenta de Cheiro	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijoada de carne suína com legumes Abóbora Cabotiá, Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Feijão Preto, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Farofa de cenoura Cebola, Cenoura, Farinha de Mandioca, Sal, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	—	—	—	—
Jantar 15h30min	Salada de repolho roxo com cenoura ralada Cenoura, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com abóbora paulista e abobrinha verde Abobora Pescoco, Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído Macarrão caracol T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Dueto de carne suína Alho, Batata Doce, Cebola, Pimentão, Salsa, Sal, Carne Suína	—	Salada de pepino Pepino, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª com cebola e tomate Cebola, Tomate, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora Cabotiá Cozida Abóbora Cabotiá	Sopa de peito de frango com legumes e canjiquinha Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Peito de Frango, Canjiquinha de Milho (quirerinha), Sal

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.	
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	626 kcal	Ferro	3.4 mg	Carboidratos	63.6%
Carboidratos	99.5 g	Vit. A	57 mcg	Proteínas	17.1%
Proteínas	26.8 g	Vit. C	32.9 mg	Lipídios	20.0%
Lipídios	13.9 g	Cálcio	138 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	8.6 g			Energia Total	626 kcal

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 10/08	Terça 11/08	Quarta 12/08	Quinta 13/08	Sexta 14/08
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de manga Polpa de Manga, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Maracujá com banana L Banana Nanica, Polpa de Maracujá, Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Melancia Melancia	Uva Uva Itália	Laranja Laranja Pêra
Almoço 10h00min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Iscas de fígado acebolado Alho, Cebola, Salsa, Carne Bovina Fígado, Sal, Óleo de Soja Batata doce cozida Batata Doce Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com cenoura ralada Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Polenta Fubá de Milho, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho roxo com cenoura ralada Cenoura, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Legumes refogados Abobrinha Verde, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango com abóbora cabotiá e batata inglesa Alho, Batata Inglesa, Cebola, Tomate, Peito de Frango, Abóbora Cabotiá, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	—	Banana maçã Banana Maçã	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico
Jantar 15h30min	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª acebolado Cebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Strogonoff de peito de Frango com legumes L Amido de Milho, Milho Verde Enlatado Drenado, Abobrinha Verde, Beterraba, Cenoura, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ragu de Carne Suína Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Salada de brócolis e tomate Brócolis, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de carne bovina moída com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobora Paulista, Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Carne Bovina Acém Moído, Pimenta de Cheiro

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.			
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET			
Energia	683 kcal	Ferro	3.9 mg	Carboidratos	59.4%		
Carboidratos	101.4 g	Vit. A	704 mcg	Proteínas	16.7%		
Proteínas	28.5 g	Vit. C	45.9 mg	Lipídios	24.4%		
Lipídios	18.5 g	Cálcio	199 mg	Açúcar Adic.	0.0%		
Fibra Alimentar	9.1 g			Energia Total	683 kcal		

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus				SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT				Semana 517/08 — 21/08																																	
Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja												Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>																													
Refeição		Segunda17/08				Terça18/08				Quarta19/08				Quinta20/08				Sexta21/08																							
Café da Manhã07h30min		Leite Puro L Leite de Vaca Integral				Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral				Suco de acerolaPolpa de Acerola, Açúcar, Água				Vitamina de banana e mamão L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral, Açúcar, Mamão Formosa				Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral																							
		Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico				Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata				Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja				Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico				Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal																							
Fruta08h45 / 13h30		MelãoMelão				Banana nanicaBanana Nanica				MelanciaMelancia				MaçãMaçã Fuji				MamãoMamão Formosa																							
Almoço10h00min		Salada de repolho roxo com tomateRepolho Roxo, Tomate				Salada alface e rúculaAlface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco				Salada de pepino e tomatePepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto				Salada de repolho verde e roxoRepolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre				Salada de brócolis e cenoura cozidaBrócolis, Cenoura, Sal, Vinagre Branco																							
		Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja				Arroz caipira com carne suínaArroz Tipo 1, Milho Verde, Alho, Cebola, Tomate, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Carne Suína				Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja				Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja				Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja																							
		Feijão CariocaAlho, Feijão Carioca, Óleo de Soja				Feijão PretoAlho, Feijão Preto, Óleo de Soja				Feijão CariocaAlho, Feijão Carioca, Óleo de Soja				Feijão PretoAlho, Feijão Preto, Óleo de Soja				Feijão CariocaAlho, Feijão Carioca, Óleo de Soja																							
		Carne bovina moída com cenoura e chuchuAlho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina Acém Moído, Óleo de Soja				Batata doce cozidaBatata Doce				Peito de frango ao molho com cenoura raladaAlho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau				Isclas de Carne bovina de 1ª aceboladoCebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja				Peito de frango ao molhoAlho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau																							
Complemento13h30		Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico				—				—				Banana maçãBanana Maçã				Mingau de aveia com maçã L T Aveia Flocos, Maçã Fuji, Leite de Vaca Integral																							
Jantar15h30min		Salada de pepino e cenoura raladaCenoura, Pepino				VinagreteCebola, Tomate, Vinagre Branco				Salada acelga e cenouraAcelga, Cenoura, Vinagre				Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja				Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal																							
		Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja				Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja				Arroz brancoArroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja				Feijoada de carne suína com legumesAbóbora Cabotiá, Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Feijão Preto, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína																											
		Feijão CariocaAlho, Feijão Carioca, Óleo de Soja				Feijão PretoAlho, Feijão Preto, Óleo de Soja				Feijão CariocaAlho, Feijão Carioca, Óleo de Soja				Couve refogadaCebola, Couve Manteiga, Sal, Óleo de Soja																											
		Peito de frango ao molhoAlho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau				Polenta recheadaFubá de Milho, Alho, Cebola, Cenoura, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal				Carne moída ao molho com ervilha frescaAlho, Cebola, Extrato de Tomate, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha em Vagem				Farofa de cenoura com aveia T Aveia Flocos, Alho, Cebola, Cenoura, Farinha de Mandioca Torrada																											
Abobrinha verde refogadaAbobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja																																									
RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)														* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.																											
MACRONUTRIENTES														MICRONUTRIENTES														DISTRIBUIÇÃO VET													
Energia686 kcal														Ferro3.9 mg														Carboidratos61.5%													
Carboidratos105.4 g														Vit. A53 mcg														Proteínas17.0%													
Proteínas29.1 g														Vit. C101.1 mg														Lipídios22.4%													
Lipídios17.1 g														Cálcio182 mg														Açúcar Adic.0.0%													
Fibra Alimentar10.5 g																												Energia Total686 kcal													

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 24/08	Terça 25/08	Quarta 26/08	Quinta 27/08	Sexta 28/08
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	logurte Natural com Manga L Polpa de Manga, logurte Natural, Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Suco de goiaba Açúcar, Água, Polpa de Goiaba Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de banana com cacau e aveia L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Cacau, Leite de Vaca Integral, Açúcar Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	Manga Manga Tommy Atkins	Laranja Laranja Pêra	Melancia Melancia
Almoço 10h00min	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha fresca Alho, Cebola, Extrato de Tomate, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha em Vagem Polenta Fubá de Milho, Sal, Óleo de Soja	Salada de alface com repolho roxo Alface Lisa, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª Alho, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora Cabotiá Cozida Abóbora Cabotiá	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Batata doce cozida Batata Doce	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cenoura, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	—	—	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—
Jantar 15h30min	Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com abóbora paulista Abobora Paulista, Alho, Carne Bovina Acém Moído, Óleo de Soja Mandioca cozida Mandioca, Sal	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína com legumes (cenoura, batata, abóbora cabotiá) Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Pimentão, Abóbora Cabotiá, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína	Salada de chuchu com cheiro verde Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Cenoura e Vagem refogada Cebola, Cenoura, Vagem, Óleo de Soja	Sopa de peito de frango com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Pimentão, Repolho Verde, Peito de Frango, Óleo de Soja

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)			* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.		
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	702 kcal	Ferro	3.7 mg	Carboidratos	60.3%
Carboidratos	105.8 g	Vit. A	72 mcg	Proteínas	16.3%
Proteínas	28.6 g	Vit. C	46.6 mg	Lipídios	23.9%
Lipídios	18.7 g	Cálcio	168 mg	Açúcar Adic.	0.6%
Fibra Alimentar	9.8 g			Energia Total	702 kcal

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 31/08	Terça 01/09	Quarta 02/09	Quinta 03/09	Sexta 04/09
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de abacaxi com maçã Polpa de Abacaxi, Maçã Fuji, Açúcar Cristal Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Goiaba L Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal, Polpa de Goiaba Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Goiaba Goiaba Vermelha com Casca	Melancia Melancia	Mamão Mamão Formosa
Almoço 10h00min	Salada Acelga e tomate Acelga, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Batata inlgesa cozida Batata Inglesa, Sal	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal	Salada cozida de chuchu e cenoura Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Bobó de frango L Milho Verde Enlatado Drenado, Alho, Cebola, Mandioca, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Colorau
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—	Banana maçã Banana Maçã
Jantar 15h30min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com chuchu Alho, Cebola, Chuchu, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Salada de Brócolis e Chuchu cozido Brócolis, Chuchu Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Isas de Carne bovina de 1ª com cebola e tomate Cebola, Tomate, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refogada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Risoto de peito de frango com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cebola, Cenoura, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja, Colorau Farofa de beterraba T Alho, Beterraba, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Óleo de Soja	Salada de Acelga, Beterraba e Cenoura Acelga, Beterraba, Cenoura, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Farofa de Fígado e Ovos O T Alho, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Carne Bovina Fígado, Ovo de Galinha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Sal, Óleo de Soja, Pimenta de Cheiro Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja	Sopa de Feijão com legumes, peito de frango e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Peito de Frango, Feijão Carioca

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)			* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.		
MACRONUTRIENTES			MICRONUTRIENTES		
Energia	676	kcal	Ferro	3.9	mg
Carboidratos	102.3	g	Vit. A	449	mcg
Proteínas	29.2	g	Vit. C	53.5	mg
Lipídios	17.2	g	Cálcio	200	mg
Fibra Alimentar	10.5	g			
			DISTRIBUIÇÃO VET		
			Carboidratos	60.5%	
			Proteínas	17.3%	
			Lipídios	22.9%	
			Açúcar Adic.	0.0%	
			Energia Total	676	kcal

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus			SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT			Semana 807/09 — 11/09					
Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>											
Refeição	Segunda07/09 Independência do Brasil	Terça08/09	Quarta09/09	Quinta10/09	Sexta11/09						
Café da Manhã07h30min	—	Suco de acerola com cenoura Cenoura, Polpa de Acerola, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Vitamina de cupuaçu L Leite de Vaca Integral, Açúcar, Polpa de Cupuaçu Pão CQ com requeijão caseiro L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Leite de Vaca Integral, Ovo de Galinha, Margarina	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal						
Fruta08h45 / 13h30	—	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	Poncã/Mexerica Poncã	Manga Manga Tommy Atkins						
Almoço10h00min	—	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com legumes (cenoura, chuchu e batata) Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Pimentão, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal	Salada de repolho roxo com couve Couve Manteiga, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Vaca atolada (Carne bovina em pedaço com mandioca) Alho, Cebola, Mandioca, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal	Salada de Cenoura e Vagem cozida Cenoura, Vagem, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Escondidinho de Frango L T Alho, Batata Inglesa, Cebola, Tomate, Manteiga com Sal, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Pimenta de Cheiro	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijoada de carne suína com legumes Abóbora Cabotiá, Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Feijão Preto, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Farofa de cenoura Cebola, Cenoura, Farinha de Mandioca, Sal, Óleo de Soja						
Complemento13h30	—	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral	—	Mingau de aveia com banana L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral	—						
Jantar15h30min	—	Salada de repolho roxo com cenoura ralada Cenoura, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Dueto de carne suína Alho, Batata Doce, Cebola, Pimentão, Salsa, Sal, Carne Suína	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal Peito de frango ao molho com cenoura ralada Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Salada de pepino Pepino, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Isclas de Carne bovina de 1ª com cebola e tomate Cebola, Tomate, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora Cabotiá Cozida Abóbora Cabotiá	Sopa de peito de frango com legumes e canjiquinha Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Peito de Frango, Canjiquinha de Milho (quirerinha), Sal						
RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)						* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.					
MACRONUTRIENTES			MICRONUTRIENTES			DISTRIBUIÇÃO VET					
Energia	605 kcal		Ferro	3.2 mg		Carboidratos	62.0%				
Carboidratos	93.7 g		Vit. A	66 mcg		Proteínas	17.0%				
Proteínas	25.8 g		Vit. C	28.8 mg		Lipídios	21.6%				
Lipídios	14.5 g		Cálcio	186 mg		Açúcar Adic.	0.0%				
Fibra Alimentar	8.3 g					Energia Total	605 kcal				

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 14/09	Terça 15/09	Quarta 16/09	Quinta 17/09	Sexta 18/09
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de goiaba Açúcar, Água, Polpa de Goiaba Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Maracujá com banana L Banana Nanica, Polpa de Maracujá, Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Melancia Melancia	Uva Uva Itália	Laranja Laranja Pêra
Almoço 10h00min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Iscas de fígado acebolado Alho, Cebola, Salsa, Carne Bovina Fígado, Sal, Óleo de Soja Batata doce cozida Batata Doce Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com cenoura ralada Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Polenta Fubá de Milho, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho roxo com cenoura ralada Cenoura, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Legumes refogados Abobrinha Verde, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango com abóbora cabotiá e batata inglesa Alho, Batata Inglesa, Cebola, Tomate, Peito de Frango, Abóbora Cabotiá, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	—	Banana maçã Banana Maçã	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico
Jantar 15h30min	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª acebolado Cebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Strogonoff de peito de Frango com legumes L Amido de Milho, Milho Verde Enlatado Drenado, Abobrinha Verde, Beterraba, Cenoura, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ragu de Carne Suína Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Salada de brócolis e tomate Brócolis, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de carne bovina moída com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobora Paulista, Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Carne Bovina Acém Moído, Pimenta de Cheiro

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.			
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET			
Energia	691 kcal	Ferro	3.9 mg	Carboidratos			59.7%
Carboidratos	103.1 g	Vit. A	704 mcg	Proteínas			16.5%
Proteínas	28.5 g	Vit. C	44.2 mg	Lipídios			24.1%
Lipídios	18.5 g	Cálcio	198 mg	Açúcar Adic.			0.0%
Fibra Alimentar	9.0 g			Energia Total			691 kcal

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus			SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT			Semana 1021/09 — 25/09											
Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja									Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>								
Refeição		Segunda21/09			Terça22/09			Quarta23/09			Quinta24/09			Sexta25/09			
Café da Manhã 07h30min		Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico			Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata			Suco de acerola Polpa de Acerola, Açúcar, Água Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja			Vitamina de banana e mamão L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral, Açúcar, Mamão Formosa Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico			Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal			
Fruta 08h45 / 13h30		Melão Melão			Banana nanica Banana Nanica			Melancia Melancia			Maçã Maçã Fuji			Mamão Mamão Formosa			
Almoço 10h00min		Salada de repolho roxo com tomate Repolho Roxo, Tomate Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com cenoura e chuchu Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina Acém Moído, Óleo de Soja			Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz caipira com carne suína Arroz Tipo 1, Milho Verde, Alho, Cebola, Tomate, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Carne Suína Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Batata doce cozida Batata Doce			Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com cenoura ralada Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Batata inlgesa cozida Batata Inglesa, Sal			Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª acebolado Cebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refolgada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja			Salada de brócolis e cenoura cozida Brócolis, Cenoura, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Purê de mandioca L Mandioca, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco			
Complemento 13h30		Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico			—			—			Banana maçã Banana Maçã			Mingau de aveia com maçã L T Aveia Flocos, Maçã Fuji, Leite de Vaca Integral			
Jantar 15h30min		Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja			Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Polenta recheada Fubá de Milho, Alho, Cebola, Cenoura, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal			Salada acelga e cenoura Acelga, Cenoura, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha fresca Alho, Cebola, Extrato de Tomate, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha em Vagem			Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijoada de carne suína com legumes Abóbora Cabotiá, Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Feijão Preto, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Couve refogada Cebola, Couve Manteiga, Sal, Óleo de Soja Farofa de cenoura com aveia T Aveia Flocos, Alho, Cebola, Cenoura, Farinha de Mandioca Torrada			Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal			
RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)												* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.					
MACRONUTRIENTES						MICRONUTRIENTES						DISTRIBUIÇÃO VET					
Energia686 kcal						Ferro3.9 mg						Carboidratos61.5%					
Carboidratos105.4 g						Vit. A53 mcg						Proteínas17.0%					
Proteínas29.1 g						Vit. C101.1 mg						Lipídios22.4%					
Lipídios17.1 g						Cálcio182 mg						Açúcar Adic.0.0%					
Fibra Alimentar10.5 g												Energia Total686 kcal					

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 28/09	Terça 29/09	Quarta 30/09	Quinta 01/10	Sexta 02/10
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Suco de abacaxi com maçã Polpa de Abacaxi, Maçã Fuji, Açúcar Cristal	Vitamina de banana com cacau e aveia L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Cacau, Leite de Vaca Integral, Açúcar Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	Manga Manga Tommy Atkins	Poncã/Mexerica Poncã	Melancia Melancia
Almoço 10h00min	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre	Salada de alface com repolho roxo Alface Lisa, Repolho Roxo	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco
	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	Arroz com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cenoura, Sal, Óleo de Soja
	Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja	Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja	Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja	Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja	Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja
	Carne moída ao molho com ervilha fresca Alho, Cebola, Extrato de Tomate, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha em Vagem	Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Iscas de Carne bovina de 1ª Alho, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja	Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína	Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau
	Polenta Fubá de Milho, Sal, Óleo de Soja	Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Abóbora Cabotiá Cozida Abóbora Cabotiá	Batata doce cozida Batata Doce	Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	—	—	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—
Jantar 15h30min	Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto	Salada de chuchu com cheiro verde Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco	Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre	Sopa de peito de frango com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Pimentão, Repolho Verde, Peito de Frango, Óleo de Soja
	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja	
	Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja	Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja	Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja	Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja	
	Carne bovina moída com abóbora paulista Abobora Paulista, Alho, Carne Bovina Acém Moído, Óleo de Soja	Carne suína com legumes (cenoura, batata, abóbora cabotiá) Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Pimentão, Abóbora Cabotiá, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína	Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	
	Mandioca cozida Mandioca, Sal		Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Cenoura e Vagem refogada Cebola, Cenoura, Vagem, Óleo de Soja	

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.			
MACRONUTRIENTES				MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	691 kcal			Ferro	3.7 mg	Carboidratos	59.3%
Carboidratos	102.3 g			Vit. A	74 mcg	Proteínas	16.6%
Proteínas	28.6 g			Vit. C	28.9 mg	Lipídios	24.8%
Lipídios	19.0 g			Cálcio	169 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	9.6 g					Energia Total	691 kcal

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus			SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT			Semana 12 05/10 — 09/10		
Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja						Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>		
Refeição	Segunda 05/10	Terça 06/10	Quarta 07/10	Quinta 08/10	Sexta 09/10			
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de manga Polpa de Manga, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Goiaba L Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal, Polpa de Goiaba Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal			
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Uva Uva Itália	Melancia Melancia	Manga Manga Tommy Atkins			
Almoço 10h00min	Salada Acelga e tomate Acelga, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Batata inlgesa cozida Batata Inglesa, Sal	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Mandioca cozida Mandioca, Sal	Salada cozida de chuchu e cenoura Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Bobó de frango L Milho Verde Enlatado Drenado, Alho, Cebola, Mandioca, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Colorau	Suco de acerola Polpa de Acerola, Açúcar, Água Geladinho de banana com cacau e leite em pó L Banana Nanica, Cacau, Leite de Vaca Integral, Leite de Vaca Integral Pó Pão CQ com Carne moída L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Molho de Carne Sopa de carne bovina moída com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobora Paulista, Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Carne Bovina Acém Moído, Pimenta de Cheiro			
	Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—	—		
	Jantar 15h30min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com chuchu Alho, Cebola, Chuchu, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Salada de Brócolis e Chuchu cozido Brócolis, Chuchu Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª com cebola e tomate Cebola, Tomate, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refogada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Risoto de peito de frango com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cebola, Cenoura, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja, Colorau Farofa de beterraba T Alho, Beterraba, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Óleo de Soja	Salada de Acelga, Beterraba e Cenoura Acelga, Beterraba, Cenoura, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Farofa de Fígado e Ovos O T Alho, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Carne Bovina Fígado, Ovo de Galinha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Sal, Óleo de Soja, Pimenta de Cheiro Repolho refogado Cebola, Repolho Verde, Sal, Óleo de Soja	Suco de acerola Polpa de Acerola, Açúcar, Água Geladinho de banana com cacau e leite em pó L Banana Nanica, Cacau, Leite de Vaca Integral, Leite de Vaca Integral Pó Pão CQ com Carne moída L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Molho de Carne Sopa de carne bovina moída com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobora Paulista, Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Carne Bovina Acém Moído, Pimenta de Cheiro		

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT

Semana 1312/10 — 16/10

Alérgenos:

L

Leite/Lactose

O

Ovo

T

Trigo / Glúten

S

Soja

Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo *CRN 1/5003*, Vania Haraki *CRN 1/4842*, Viviane da Cruz Lima *CRN 1/27348*, Wender Jr. de Deus Silva *CRN 1/21378*

Refeição	Segunda12/10 🚫 Nossa Senhora Aparecida	Terça13/10	Quarta14/10	Quinta15/10 🚫 Recesso	Sexta16/10
Café da Manhã 07h30min	—	Suco de acerola com cenoura Cenoura, Polpa de Acerola, Açúcar Farofa de Ovo🍳🍲 Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de cupuaçu🍷 Leite de Vaca Integral, Açúcar, Polpa de Cupuaçu Pão CQ com Manteiga🍷🍳🍲 Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	—	Leite com cacau🍷 Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz🍷🍲 Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	—	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	—	Mamão Mamão Formosa
Almoço 10h00min	—	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha seca Alho, Cebola, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha Enlatada Drenada Repolho refogado Cebola, Repolho Verde, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho roxo com couve Couve Manteiga, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Vaca atolada (Carne bovina em pedaço com mandioca) Alho, Cebola, Mandioca, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal	—	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijoada de carne suína com legumes Abóbora Cabotiá, Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Feijão Preto, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Farofa de cenoura Cebola, Cenoura, Farinha de Mandioca, Sal, Óleo de Soja
Complemento 13h30	—	Leite Puro🍷 Leite de Vaca Integral	—	—	Banana maçã Banana Maçã
Jantar 15h30min	—	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Dueto de carne suína Alho, Batata Doce, Cebola, Pimentão, Salsa, Sal, Carne Suína	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Cuscuz🍷🍲 Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	—	Sopa de peito de frango com legumes e canjiquinha Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Peito de Frango, Canjiquinha de Milho (quirerinha), Sal

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA | CRECHE (1 A 3 ANOS)

MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	583 kcal	Ferro	3.1 mg	Carboidratos	61.9%
Carboidratos	90.2 g	Vit. A	64 mcg	Proteínas	17.0%
Proteínas	24.8 g	Vit. C	42.4 mg	Lipídios	21.5%
Lipídios	13.9 g	Cálcio	179 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	7.7 g			Energia Total	583 kcal

* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 19/10	Terça 20/10	Quarta 21/10	Quinta 22/10	Sexta 23/10
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de goiaba Açúcar, Água, Polpa de Goiaba Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Maracujá com banana L Banana Nanica, Polpa de Maracujá, Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Melancia Melancia	Uva Uva Itália	Laranja Laranja Pêra
Almoço 10h00min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Iscas de fígado acebolado Alho, Cebola, Salsa, Carne Bovina Fígado, Sal, Óleo de Soja Batata doce cozida Batata Doce Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com cenoura ralada Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Polenta Fubá de Milho, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho roxo com cenoura ralada Cenoura, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Legumes refogados Abobrinha Verde, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango com abóbora cabotiá e batata inglesa Alho, Batata Inglesa, Cebola, Tomate, Peito de Frango, Abóbora Cabotiá, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	—	Banana maçã Banana Maçã	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico
Jantar 15h30min	Salada de beterraba com cenoura cozida Beterraba, Cenoura, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª com cebola e tomate Cebola, Tomate, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Strogonoff de peito de Frango com legumes L Amido de Milho, Milho Verde Enlatado Drenado, Abobrinha Verde, Beterraba, Cenoura, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ragu de Carne Suína Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Salada de brócolis e tomate Brócolis, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de carne bovina moída com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobora Paulista, Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Carne Bovina Acém Moído, Pimenta de Cheiro

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.	
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	692 kcal	Ferro	3.9 mg	Carboidratos	59.7%
Carboidratos	103.4 g	Vit. A	704 mcg	Proteínas	16.5%
Proteínas	28.5 g	Vit. C	44.6 mg	Lipídios	24.1%
Lipídios	18.5 g	Cálcio	199 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	9.1 g			Energia Total	692 kcal

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus			SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT			Semana 15 26/10 — 30/10		
Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja						Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>		
Refeição	Segunda 26/10	Terça 27/10	Quarta 28/10 Recesso	Quinta 29/10	Sexta 30/10			
Café da Manhã 07h30min	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Vitamina de banana e mamão L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral, Açúcar, Mamão Formosa Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—	Suco de acerola Polpa de Acerola, Açúcar, Água Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal			
Fruta 08h45 / 13h30	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	—	Maçã Maçã Fuji	Mamão Mamão Formosa			
Almoço 10h00min	Salada de repolho roxo com tomate Repolho Roxo, Tomate Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com cenoura e chuchu Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina Acém Moído, Óleo de Soja	Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz caipira com carne suína Arroz Tipo 1, Milho Verde, Alho, Cebola, Tomate, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Carne Suína Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Batata doce cozida Batata Doce	—	Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1º acebolado Cebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refolgada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja	Salada de brócolis e cenoura cozida Brócolis, Cenoura, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Purê de mandioca L Mandioca, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco			
Complemento 13h30	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	—	—	Banana maçã Banana Maçã	Mingau de aveia com maçã L T Aveia Flocos, Maçã Fuji, Leite de Vaca Integral			
Jantar 15h30min	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Polenta recheada Fubá de Milho, Alho, Cebola, Cenoura, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal	—	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijoada de carne suína com legumes Abóbora Cabotiá, Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Feijão Preto, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Couve refogada Cebola, Couve Manteiga, Sal, Óleo de Soja Farofa de cenoura com aveia T Aveia Flocos, Alho, Cebola, Cenoura, Farinha de Mandioca Torrada	Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal			

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.			
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET			
Energia	657 kcal	Ferro	3.9 mg	Carboidratos	62.5%		
Carboidratos	102.6 g	Vit. A	40 mcg	Proteínas	17.2%		
Proteínas	28.2 g	Vit. C	100.7 mg	Lipídios	21.3%		
Lipídios	15.5 g	Cálcio	159 mg	Açúcar Adic.	0.0%		
Fibra Alimentar	10.4 g			Energia Total	657 kcal		

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 02/11 Finados	Terça 03/11	Quarta 04/11	Quinta 05/11	Sexta 06/11
Café da Manhã 07h30min	—	Suco de manga Polpa de Manga, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Vitamina de banana com cacau e aveia L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Cacau, Leite de Vaca Integral, Açúcar Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	—	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	Manga Manga Tommy Atkins	Melancia Melancia
Almoço 10h00min	—	Salada de repolho com beterraba ralada Beterraba, Repolho Verde, Sal Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha fresca Alho, Cebola, Extrato de Tomate, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha em Vagem Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª Alho, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora Cabotiá Cozida Abóbora Cabotiá	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Batata doce cozida Batata Doce	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cenoura, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja
Complemento 13h30	—	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral	—	—	—
Jantar 15h30min	—	Salada de repolho roxo com tomate Repolho Roxo, Tomate Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína com legumes (cenoura, batata, abóbora cabotiá) Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Pimentão, Abóbora Cabotiá, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Cenoura e Vagem refogada Cebola, Cenoura, Vagem, Óleo de Soja	Sopa de peito de frango com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Pimentão, Repolho Verde, Peito de Frango, Óleo de Soja

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)			* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.		
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	659 kcal	Ferro	3.6 mg	Carboidratos	59.6%
Carboidratos	98.1 g	Vit. A	67 mcg	Proteínas	16.4%
Proteínas	26.9 g	Vit. C	30.2 mg	Lipídios	24.6%
Lipídios	18.0 g	Cálcio	189 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	9.5 g			Energia Total	659 kcal

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 09/11	Terça 10/11	Quarta 11/11	Quinta 12/11	Sexta 13/11
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	logurte Natural com Mamão L Mamão Formosa, logurte Natural, Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de abacaxi com maçã Polpa de Abacaxi, Maçã Fuji, Açúcar Cristal Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Goiaba L Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal, Polpa de Goiaba Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Goiaba Goiaba Vermelha com Casca	Melancia Melancia	Mamão Mamão Formosa
Almoço 10h00min	Salada Acelga e tomate Acelga, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Batata inlgesa cozida Batata Inglesa, Sal	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de peito de frango com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Pimentão, Repolho Verde, Peito de Frango, Óleo de Soja	Salada cozida de chuchu e cenoura Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Bobó de frango L Milho Verde Enlatado Drenado, Alho, Cebola, Mandioca, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Colorau
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—	Banana maçã Banana Maçã
Jantar 15h30min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com chuchu Alho, Cebola, Chuchu, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Salada de Brócolis e Chuchu cozido Brócolis, Chuchu Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Isclas de Carne bovina de 1ª acebolado Cebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refogada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Risoto de peito de frango com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cebola, Cenoura, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja, Colorau Farofa de beterraba T Alho, Beterraba, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Óleo de Soja	Salada de Acelga, Beterraba e Cenoura Acelga, Beterraba, Cenoura, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Farofa de Fígado e Ovos O T Alho, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Carne Bovina Fígado, Ovo de Galinha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Sal, Óleo de Soja, Pimenta de Cheiro Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja	Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)			* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.		
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	671 kcal	Ferro	3.8 mg	Carboidratos	60.9%
Carboidratos	102.2 g	Vit. A	448 mcg	Proteínas	17.1%
Proteínas	28.6 g	Vit. C	58.1 mg	Lipídios	22.8%
Lipídios	17.0 g	Cálcio	193 mg	Açúcar Adic.	0.6%
Fibra Alimentar	10.4 g			Energia Total	671 kcal

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i> , Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i> , Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i> , Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 16/11	Terça 17/11	Quarta 18/11	Quinta 19/11	Sexta 20/11 Consciência Negra
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de acerola com cenoura Cenoura, Polpa de Acerola, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de cupuaçu L Leite de Vaca Integral, Açúcar, Polpa de Cupuaçu Pão CQ com requeijão caseiro L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Leite de Vaca Integral, Ovo de Galinha, Margarina	—
Fruta 08h45 / 13h30	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	Pitaya	Melancia Melancia	—
Almoço 10h00min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha seca Alho, Cebola, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha Enlatada Drenada	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Couve refogada Cebola, Couve Manteiga, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho com couve Couve Manteiga, Repolho Verde, Sal Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Vaca atolada (Carne bovina em pedaço com mandioca) Alho, Cebola, Mandioca, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal	Salada de Cenoura e Vagem cozida Cenoura, Vagem, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Escondidinho de Frango L Alho, Batata Inglesa, Cebola, Tomate, Manteiga com Sal, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Pimenta de Cheiro	—
Complemento 13h30	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	—	Mingau de aveia com banana L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral	—	—
Jantar 15h30min	Salada de repolho roxo com cenoura ralada Cenoura, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com abóbora paulista e abobrinha verde Abobora Pescoço, Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído Macarrão Caracol	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Dueto de carne suína Alho, Batata Doce, Cebola, Pimentão, Salsa, Sal, Carne Suína	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Sopa de peito de frango com legumes e canjiquinha Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Peito de Frango, Canjiquinha de Milho (quixerinha), Sal	—

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)			* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.		
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	567 kcal	Ferro	3.0 mg	Carboidratos	60.5%
Carboidratos	85.7 g	Vit. A	60 mcg	Proteínas	17.6%
Proteínas	24.9 g	Vit. C	27.7 mg	Lipídios	22.3%
Lipídios	14.1 g	Cálcio	166 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	7.4 g			Energia Total	567 kcal

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 23/11	Terça 24/11	Quarta 25/11	Quinta 26/11	Sexta 27/11
Café da Manhã 07h30min	Suco de goiaba Açúcar, Água, Polpa de Goiaba Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Vitamina de Maracujá com banana L Banana Nanica, Polpa de Maracujá, Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Maçã Maçã Fuji	Banana nanica Banana Nanica	Melancia Melancia	Uva Uva Itália	Laranja Laranja Pêra
Almoço 10h00min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Iscas de fígado acebolado Alho, Cebola, Salsa, Carne Bovina Fígado, Sal, Óleo de Soja Batata doce cozida Batata Doce Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com cenoura ralada Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Polenta Fubá de Milho, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho roxo com cenoura ralada Cenoura, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Legumes refogados Abobrinha Verde, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango com abóbora cabotiá e batata inglesa Alho, Batata Inglesa, Cebola, Tomate, Peito de Frango, Abóbora Cabotiá, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	—	Banana maçã Banana Maçã	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico
Jantar 15h30min	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª acebolado Cebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Lentilha com batata Alho, Batata Inglesa, Cebola, Lentilha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja	Salada alface e tomate Alface Crespa, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Strogonoff de peito de Frango com legumes L Amido de Milho, Milho Verde Enlatado Drenado, Abobrinha Verde, Beterraba, Cenoura, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Óleo de Soja	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ragu de Carne Suína Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Salada de brócolis e tomate Brócolis, Tomate, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de carne bovina moída com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobora Paulista, Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Carne Bovina Acém Moído, Pimenta de Cheiro

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.			
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET			
Energia	691 kcal	Ferro	3.9 mg	Carboidratos			59.7%
Carboidratos	103.1 g	Vit. A	704 mcg	Proteínas			16.5%
Proteínas	28.5 g	Vit. C	44.2 mg	Lipídios			24.1%
Lipídios	18.5 g	Cálcio	198 mg	Açúcar Adic.			0.0%
Fibra Alimentar	9.0 g			Energia Total			691 kcal

Cardápio 2º semestre — Creche Menino Jesus			SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT			Semana 2030/11 — 04/12					
Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>											
Refeição	Segunda30/11		Terça01/12		Quarta02/12		Quinta03/12		Sexta04/12		
Café da Manhã07h30min	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico		Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata		Suco de acerola Polpa de Acerola, Açúcar, Água Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja		Vitamina de banana e mamão L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral, Açúcar, Mamão Formosa Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico		Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal		
	Fruta08h45 / 13h30		Melão Melão		Banana nanica Banana Nanica		Melancia Melancia		Manga Manga Tommy Atkins		Mamão Mamão Formosa
Almoço10h00min	Salada de repolho roxo com tomate Repolho Roxo, Tomate Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com cenoura e chuchu Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina Acém Moído, Óleo de Soja		Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz caipira com carne suína Arroz Tipo 1, Milho Verde, Alho, Cebola, Tomate, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Carne Suína Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Batata doce cozida Batata Doce		Salada de pepino e tomate Pepino, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com cenoura ralada Alho, Cebola, Cenoura, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Batata inlgesa cozida Batata Inglesa, Sal		Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Isclas de Carne bovina de 1ª acebolado Cebola, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refolgada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja		Salada de brócolis e cenoura cozida Brócolis, Cenoura, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Purê de mandioca L Mandioca, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco		
	Complemento13h30		Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico		—		—		—		Mingau de aveia com maçã L T Aveia Flocos, Maçã Fuji, Leite de Vaca Integral
Jantar15h30min	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja		Salada Acelga e tomate Acelga, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Polenta recheada Fubá de Milho, Alho, Cebola, Cenoura, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal		Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha fresca Alho, Cebola, Extrato de Tomate, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha em Vagem		Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijoada de carne suína com legumes Abóbora Cabotiá, Alho, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Feijão Preto, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Couve refogada Cebola, Couve Manteiga, Sal, Óleo de Soja Farofa de cenoura com aveia T Aveia Flocos, Alho, Cebola, Cenoura, Farinha de Mandioca Torrada		Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal		
	RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)									* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.	
MACRONUTRIENTES			MICRONUTRIENTES			DISTRIBUIÇÃO VET					
Energia682 kcal			Ferro3.9 mg			Carboidratos61.1%					
Carboidratos104.3 g			Vit. A53 mcg			Proteínas17.1%					
Proteínas29.2 g			Vit. C101.7 mg			Lipídios22.6%					
Lipídios17.1 g			Cálcio184 mg			Açúcar Adic.0.0%					
Fibra Alimentar10.7 g						Energia Total682 kcal					

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 07/12	Terça 08/12	Quarta 09/12	Quinta 10/12	Sexta 11/12
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	Suco de manga Polpa de Manga, Açúcar Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de banana com cacau e aveia L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Cacau, Leite de Vaca Integral, Açúcar Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	Uva Uva Itália	Pitaya	Melancia Melancia
Almoço 10h00min	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne moída ao molho com ervilha fresca Alho, Cebola, Extrato de Tomate, Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Ervilha em Vagem Polenta Fubá de Milho, Sal, Óleo de Soja	Salada de alface com repolho roxo Alface Lisa, Repolho Roxo Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Purê de batata L Batata Inglesa, Leite de Vaca Integral, Sal, Margarina, Orégano Seco	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Iscas de Carne bovina de 1ª Alho, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora Cabotiá Cozida Abóbora Cabotiá	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Batata doce cozida Batata Doce	Salada de Beterraba cozida Beterraba, Vinagre Branco Arroz com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cenoura, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Quiabo Refogado Alho, Cebola, Quiabo, Sal, Óleo de Soja
Complemento 13h30	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	—	Mingau de aveia com banana L T Aveia Flocos, Banana Nanica, Leite de Vaca Integral	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—
Jantar 15h30min	Salada de pepino e cenoura ralada Cenoura, Pepino Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída com abóbora paulista Abobora Paulista, Alho, Carne Bovina Acém Moído, Óleo de Soja Mandioca cozida Mandioca, Sal	Salada couve com tomate Couve Manteiga, Tomate, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína com legumes (cenoura, batata, abóbora cabotiá) Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Pimentão, Abóbora Cabotiá, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína	Salada de chuchu com cheiro verde Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Macarrão parafuso T Macarrão Trigo, Sal, Óleo de Soja	Salada de repolho verde e roxo Repolho Verde, Repolho Roxo, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Ovo Mexido O Cebola, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja Cenoura e Vagem refogada Cebola, Cenoura, Vagem, Óleo de Soja	Sopa de peito de frango com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Abobora Paulista, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Pimentão, Repolho Verde, Peito de Frango, Óleo de Soja

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)			* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.		
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET	
Energia	683 kcal	Ferro	3.7 mg	Carboidratos	58.1%
Carboidratos	99.2 g	Vit. A	75 mcg	Proteínas	16.8%
Proteínas	28.7 g	Vit. C	27.9 mg	Lipídios	25.4%
Lipídios	19.3 g	Cálcio	177 mg	Açúcar Adic.	0.0%
Fibra Alimentar	9.2 g			Energia Total	683 kcal

Alérgenos: L Leite/Lactose O Ovo T Trigo / Glúten S Soja Nutricionistas: Rosalia Bragagnolo <i>CRN 1/5003</i>, Vania Haraki <i>CRN 1/4842</i>, Viviane da Cruz Lima <i>CRN 1/27348</i>, Wender Jr. de Deus Silva <i>CRN 1/21378</i>					
Refeição	Segunda 14/12	Terça 15/12	Quarta 16/12	Quinta 17/12	Sexta 18/12
Café da Manhã 07h30min	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite Puro L Leite de Vaca Integral Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Suco de abacaxi com maçã Polpa de Abacaxi, Maçã Fuji, Açúcar Cristal Farofa de Ovo O T Farinha de Mandioca Torrada, Ovo de Galinha, Sal, Óleo de Soja	Vitamina de Goiaba L Leite de Vaca Integral, Açúcar Cristal, Polpa de Goiaba Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico	Leite com cacau L Cacau, Leite de Vaca Integral Cuscuz L T Flocos de Milho (cuscuz), Manteiga com Sal, Sal
Fruta 08h45 / 13h30	Melão Melão	Banana nanica Banana Nanica	Laranja Laranja Pêra	Melancia Melancia	Maçã Maçã Fuji
Almoço 10h00min	Salada Acelga e tomate Acelga, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Carne bovina moída ao molho Alho, Cebola, Pimentão, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Moído, Sal Batata inlgesa cozida Batata Inglesa, Sal	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho Alho, Cebola, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau Abobrinha verde refogada Abobrinha Verde, Alho, Cebola, Salsa, Sal, Óleo de Soja	Salada alface e rúcula Alface Crespa, Rúcula, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Carne suína de panela Alho, Cebola, Salsa, Limão Tahiti, Sal, Óleo de Soja, Carne Suína Mandioca cozida Mandioca, Sal	Sopa de Feijão com legumes, peito de frango e macarrão T Macarrão Trigo, Abobrinha Verde, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Peito de Frango, Feijão Carioca	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Bobó de frango L Milho Verde Enlatado Drenado, Alho, Cebola, Mandioca, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Leite de Vaca Integral, Sal, Colorau
Complemento 13h30	Leite Puro L Leite de Vaca Integral	—	Pão CQ com Nata L O T Farinha de Trigo, Ovo de Galinha, Fermento Biológico, Margarina, Nata	—	Pão CQ com Manteiga L O T Farinha de Trigo, Manteiga com Sal, Ovo de Galinha, Fermento Biológico
Jantar 15h30min	Salada de repolho com cenoura Cenoura, Repolho Verde, Sal, Vinagre Tinto Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Peito de frango ao molho com chuchu Alho, Cebola, Chuchu, Salsa, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Sal, Colorau	Salada cozida de chuchu e cenoura Cenoura, Chuchu, Salsa, Sal, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Isas de Carne bovina de 1ª com cebola e tomate Cebola, Tomate, Carne Bovina Patinho Sem Gordura, Óleo de Soja Abóbora paulista refogada Abobrinha Verde, Cebola, Óleo de Soja	Salada de repolho verde com tomate Repolho Verde, Tomate, Vinagre Feijão Preto Alho, Feijão Preto, Óleo de Soja Risoto de peito de frango com cenoura Arroz Tipo 1, Alho, Cebola, Cenoura, Tomate, Extrato de Tomate, Peito de Frango, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Óleo de Soja, Colorau Farofa de beterraba T Alho, Beterraba, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Óleo de Soja	Vinagrete Cebola, Tomate, Vinagre Branco Arroz branco Arroz Tipo 1, Alho, Sal, Óleo de Soja Feijão Carioca Alho, Feijão Carioca, Óleo de Soja Farofa de Fígado e Ovos O T Alho, Cebola, Farinha de Mandioca Torrada, Carne Bovina Fígado, Ovo de Galinha, Salsinha (cheiro-verde) Fresca, Sal, Óleo de Soja, Pimenta de Cheiro Repolho refogado Cebola, Repolho Verde, Sal, Óleo de Soja	Sopa de carne bovina em pedaço com legumes e macarrão T Macarrão Trigo, Alho, Batata Inglesa, Cebola, Cenoura, Chuchu, Repolho Verde, Salsa, Extrato de Tomate, Carne Bovina Acém Sem Gordura, Sal

RESUMO NUTRICIONAL — MÉDIA DIÁRIA CRECHE (1 A 3 ANOS)				* Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio.			
MACRONUTRIENTES		MICRONUTRIENTES		DISTRIBUIÇÃO VET			
Energia	694 kcal	Ferro	4,0 mg	Carboidratos	59,7%		
Carboidratos	103,5 g	Vit. A	468 mcg	Proteínas	17,0%		
Proteínas	29,5 g	Vit. C	42,8 mg	Lipídios	23,9%		
Lipídios	18,5 g	Cálcio	199 mg	Açúcar Adic.	0,0%		
Fibra Alimentar	9,3 g			Energia Total	694 kcal		