

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

15/05/2023 - 19/05/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. VACA ATOLADA (CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MANDIOCA)	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. RISOTO DE FRANGO COM CENOURA, AÇAFRÃO E MILHO 3. FEIJÃO PRETO 4. BANANA NANICA	1. SUCO DE ABACAXI 2. PÃO COM MANTEIGA 3. LARANJA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. MACARRÃO PARAFUSO 3. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 4. MAÇA	1. LEITE COM CHOCOLATE 50% 2. BISNAGUINHA SALGADA DE BATATINHA E AÇAFRÃO 3. MELANCIA
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, MANDIOCA DESCASCADA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, LIMÃO COMUM, LOURO, MILHO VERDE, MILHO VERDE ESPIGA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	AÇÚCAR CRISTAL, LARANJA, MANTEIGA COM SAL, POLPA DE ABACAXI, PÃO FRANCÊS	ALHO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, MACARRÃO PARAFUSO, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, BISNAGUINHA SALGADA DE BATATINHA COM AÇAFRÃO, CHOCOLATE EM PÓ 50%, LEITE INTEGRAL UHT, MELANCIA
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 298,81	Proteínas 10% a 15% do VET 11,72 16%	Lipídios 15% a 30% do VET 5,31 16%	Carboidratos 55% a 65% do VET 52,26 70%	Fibra alimentar 3,51
	Cálcio, Ca 57,70	Ferro, Fe 1,49	Sódio, Na 416,89	Retinol 18,25	Vitamina C 25,23
	Vitamina A, RAE 73,19				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

22/05/2023 - 26/05/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM COUVE 2. POLENTA 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. BANANA NANICA	1. VITAMINA MISTA (BANANA, MAÇA E MAMÃO) 2. PÃO COM MANTEIGA 3. MAMÃO	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM BATATA DOCE 5. LARANJA	1. IOGURTE 2. BOLACHA CASEIRA 3. MELÃO
Ingredientes	ALHO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FUBÁ DE MILHO, MARGARINA VEGETAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, FEIJÃO PRETO, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, PEPINO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	açúcar cristal, BANANA NANICA, CHOCOLATE EM PÓ 50%, LEITE INTEGRAL UHT, MAMÃO FORMOSA, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, PÃO FRANCÊS	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA DOCE, BETERRABA, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LARANJA, LOURO, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	BEBIDA LACTEA, BOLACHA CASEIRA, MELÃO NACIONAL
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 352,25	Proteínas 10% a 15% do VET 13,84 16%	Lipídios 15% a 30% do VET 8,61 22%	Carboidratos 55% a 65% do VET 56,04 64%	Fibra alimentar 4,57
	Cálcio, Ca 99,32	Ferro, Fe 1,54	Sódio, Na 361,27	Retinol 31,86	Vitamina C 38,95
	Vitamina A, RAE 28,04				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

29/05/2023 - 02/06/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA CRUA 2. FAROFA DE CARNE MOÍDA, PROTEÍNA DE SOJA, OVO E LEGUMES	1. SALADA DE ALFACE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. GALINHA ATOLADA (FRANGO COM MANDIOCA) 5. BANANA NANICA	1. SUCO DE MARACUJÁ 2. PÃO COM DOCE DE FRUTA 3. LARANJA	1. SALADA DE COUVE E CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (ABÓBORA CABOTIÁ, CENOURA, CHUCHU, REPOLHO E ABOBRINHA) 4. ABACAXI	1. CHÁ MATE 2. CUCA DE BANANA COM CANELA 3. MELANCIA
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CARNE BOVINA MOÍDA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FAROFA PRONTA DE MANDIOCA, OVO DE GALINHA, PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECXA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, OLEO DE SOJA, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	AÇÚCAR CRISTAL, DOCE DE FRUTAS, LARANJA, POLPA DE MARACUJÁ, PÃO FRANCÊS	ABACAXI PÉROLA, ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COUVE MANTEIGA, FEIJÃO PRETO, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, CHÁ MATE, CUCA DE BANANA COM CANELA, MELANCIA
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 354,99	Proteínas 10% a 15% do VET 11,87 13%	Lipídios 15% a 30% do VET 6,02 15%	Carboidratos 55% a 65% do VET 65,25 74%	Fibra alimentar 4,96
	Cálcio, Ca 53,74	Ferro, Fe 1,84	Sódio, Na 273,01	Retinol 7,85	Vitamina C 32,31
	Vitamina A, RAE 75,87				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HAKAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

05/06/2023 - 09/06/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE TOMATE E CEBOLA (VINAGRETE) 2. ARROZ BRANCO 3. CARNE BOVINA MOÍDA COM ABÓBORA PAULISTA	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, CHUCHU E BATATA) 5. BANANA NANICA	1. LEITE COM CHOCOLATE 50% 2. PÃO COM MANTEIGA 3. MELANCIA		
Ingredientes	ABÓBORA PAULISTA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, LOURO, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, CHOCOLATE EM PÓ 50%, LEITE INTEGRAL UHT, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, PÃO FRANCÊS		
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 329,16	Proteínas 10% a 15% do VET 13,30 16%	Lipídios 15% a 30% do VET 6,55 18%	Carboidratos 55% a 65% do VET 55,70 68%	Fibra alimentar 4,16
	Cálcio, Ca 72,46	Ferro, Fe 1,68	Sódio, Na 388,74	Retinol 25,08	Vitamina C 20,60
	Vitamina A, RAE 106,21				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

12/06/2023 - 16/06/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO, CENOURA E BETERRABA RALADA 2. FAROFA DE ERVILHA SECA, OVO E CENOURA RALADA 3. FEIJÃO CARIOCA	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. BANANA NANICA	1. SUCO DE ACEROLA 2. PÃO COM CARNE BOVINA MOÍDA 3. LARANJA	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO, MACARRÃO E LEGUMES (CHUCHU, BATATA, CENOURA E REPOLHO) 2. MAMÃO	1. CANJICA 2. MAÇA
Ingredientes	ALHO, BETERRABA, CEBOLA, CENOURA, ERVILHA SECA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, FEIJÃO CARIOCA, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, RUCULA, SAL REFINADO, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, AÇÚCAR CRISTAL, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, LARANJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ACEROLA, PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA, PÃO FRANCÊS, SAL REFINADO, TOMATE	ALHO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, MACARRÃO PARA SOPA, MAMÃO FORMOSA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO	AMIDO DE MILHO, AÇÚCAR CRISTAL, CANELA EM PÓ, CRAVO DA ÍNDIA, LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, MAÇA NACIONAL
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 269,22	Proteínas 10% a 15% do VET 11,37 17%	Lipídios 15% a 30% do VET 6,14 21%	Carboidratos 55% a 65% do VET 43,40 64%	Fibra alimentar 4,36
	Cálcio, Ca 64,92	Ferro, Fe 1,65	Sódio, Na 327,39	Retinol 10,32	Vitamina C 75,97
	Vitamina A, RAE 74,78				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

19/06/2023 - 23/06/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. BOBÓ DE FRANGO	1. SALADA DE ALFACE, RÚCULA E CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO TROPEIRO 4. BANANA NANICA	1. LEITE COM CAFÉ 2. PÃO COM MANTEIGA 3. LARANJA	1. SALADA DE COUVE E REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM ABÓBORA 5. ABACAXI	1. SUCO DE CAJU 2. BISNAGUINHA DE CENOURA 3. MELANCIA
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CEBOLA, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, MANDIOCA DESCASCADA, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CEBOLA, CENOURA, COUVE MANTEIGA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FAROFA PRONTA DE MANDIOCA, FEIJÃO CARIOCA, LIMÃO COMUM, LINGUIÇA CALABRESA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, RUCULA, SAL REFINADO	AÇÚCAR CRISTAL, CAFÉ, LARANJA, LEITE INTEGRAL UHT, MANTEIGA COM SAL, PÃO FRANCÊS	ABACAXI PÉROLA, ABÓBORA PAULISTA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LOURO, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	AÇÚCAR CRISTAL, BISNAGUINHA DE CENOURA, MELANCIA, POLPA DE CAJU
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 335,99	Proteínas 10% a 15% do VET 11,77 14%	Lipídios 15% a 30% do VET 6,56 18%	Carboidratos 55% a 65% do VET 58,81 70%	Fibra alimentar 4,47
	Cálcio, Ca 67,35	Ferro, Fe 1,80	Sódio, Na 387,83	Retinol 18,16	Vitamina C 41,02
	Vitamina A, RAE 64,95				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

26/06/2023 - 30/06/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. MACARRÃO 3. MOLHO DE CARNE MOÍDA COM CENOURA	1. SALADA DE REPOLHO E ALFACE 2. POLENTA 3. FRANGO AO MOLHO 4. BANANA NANICA	1. LEITE COM CHOCOLATE 50% 2. PÃO COM MANTEIGA 3. MAMÃO	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. LARANJA	1. SUCO DE MARACUJÁ 2. BOLO DE CASCA DE ABÓBORA 3. MELÃO
Ingredientes	ALHO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, MACARRÃO ESPAGUETE, MACARRÃO PARAFUSO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, BANANA NANICA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FUBÁ DE MILHO, LIMÃO COMUM, MARGARINA VEGETAL, MILHO VERDE ESPIGA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, CHOCOLATE EM PÓ 50%, LEITE INTEGRAL UHT, MAMÃO FORMOSA, MANTEIGA COM SAL, PÃO FRANCÊS	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, FEIJÃO PRETO, LARANJA, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, SAL REFINADO, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	AÇÚCAR CRISTAL, BOLO DE CASCA DE ABÓBORA, MELÃO NACIONAL, POLPA DE MARACUJÁ
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 3.609,33	Proteínas 10% a 15% do VET 78,82 9%	Lipídios 15% a 30% do VET 141,69 35%	Carboidratos 55% a 65% do VET 511,18 57%	Fibra alimentar 18,07
	Cálcio, Ca 274,05	Ferro, Fe 9,62	Sódio, Na 685,20	Retinol 188,72	Vitamina C 49,53
	Vitamina A, RAE 712,41				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

17/07/2023 - 21/07/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00			1. LEITE COM CHOCOLATE 50% 2. PÃO COM MANTEIGA 3. BANANA NANICA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO AO MOLHO 5. LARANJA	1. SUCO DE ABACAXI 2. BOLACHA CASEIRA 3. MELANCIA
Ingredientes			AÇÚCAR CRISTAL, BANANA NANICA, CHOCOLATE EM PÓ 50%, LEITE INTEGRAL UHT, MANTEIGA COM SAL, PÃO FRANCÊS	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, COXA E SOBRECOXA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LARANJA, LIMÃO COMUM, LOURO, MILHO VERDE ESPIGA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, BOLACHA CASEIRA, MELANCIA, POLPA DE ABACAXI
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 364,15	Proteínas 10% a 15% do VET 11,12 12%	Lipídios 15% a 30% do VET 6,31 16%	Carboidratos 55% a 65% do VET 67,76 74%	Fibra alimentar 3,86
	Cálcio, Ca 85,53	Ferro, Fe 1,65	Sódio, Na 305,16	Retinol 31,00	Vitamina C 31,70
	Vitamina A, RAE 89,29				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

24/07/2023 - 28/07/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. MACARRÃO PARAFUSO 3. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA EM PEDAÇO ACEBOLADA 5. BANANA NANICA	1. CURAU DE ABÓBORA 2. MAÇA	1. SALADA DE REPOLHO COM ABACAXI 2. ARROZ BRANCO 3. GALINHA ATOLADA (FRANGO COM MANDIOCA) 4. MAMÃO	1. SUCO DE MARACUJÁ 2. TORTA SALGADA DE CARNE BOVINA MOÍDA 3. MELANCIA
Ingredientes	ALHO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, MACARRÃO PARAFUSO, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, FEIJÃO CARIOCA, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, RUCULA, SAL REFINADO, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABÓBORA MORANGA, AMIDO DE MILHO, AÇÚCAR CRISTAL, CANELA EM PÓ, COCO RALADO, CRAVO DA ÍNDIA, LEITE DE COCO, MAÇA NACIONAL	ABACAXI PÉROLA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECOXA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, OLEO DE SOJA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, MELANCIA, POLPA DE MARACUJÁ, TORTA SALGADA DE CARNE MOÍDA
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 290,02	Proteínas 10% a 15% do VET 10,92 15%	Lipídios 15% a 30% do VET 5,46 17%	Carboidratos 55% a 65% do VET 50,89 70%	Fibra alimentar 3,17
	Cálcio, Ca 35,44	Ferro, Fe 1,45	Sódio, Na 388,35	Retinol 5,43	Vitamina C 28,06
	Vitamina A, RAE 55,93				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

31/07/2023 - 04/08/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE TOMATE E CEBOLA (VINAGRETE) 2. FAROFA DE CARNE MOÍDA, PROTEÍNA DE SOJA, OVO E LEGUMES	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM BATATA 4. BANANA NANICA	1. SUCO DE ACEROLA 2. PÃO COM DOCE DE FRUTA 3. LARANJA	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. ABACAXI	1. VITAMINA DE BANANA COM AVEIA E CACAU 2. BISNAGUINHA DE BETERRABA 3. MELÃO
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FAROFA PRONTA DE MANDIOCA, OVO DE GALINHA, PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, DOCE DE FRUTAS, LARANJA, POLPA DE ACEROLA, PÃO FRANCÊS	ABACAXI PÉROLA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, FEIJÃO PRETO, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, SAL REFINADO, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	AVEIA EM FLOCOS, AÇÚCAR CRISTAL, BANANA NANICA, BISNAGUINHA DE BETERRABA, CHOCOLATE EM PÓ 50%, LEITE INTEGRAL UHT, MELÃO NACIONAL
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 307,15	Proteínas 10% a 15% do VET 11,66 15%	Lipídios 15% a 30% do VET 6,28 18%	Carboidratos 55% a 65% do VET 52,20 68%	Fibra alimentar 3,82
	Cálcio, Ca 65,07	Ferro, Fe 1,45	Sódio, Na 274,30	Retinol 10,33	Vitamina C 71,07
	Vitamina A, RAE 13,54				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

07/08/2023 - 11/08/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA CRUA 2. POLENTA 3. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM BATATA 5. BANANA NANICA	1. SUCO DE CAJU 2. PÃO COM CARNE BOVINA MOÍDA 3. MAÇA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO TROPEIRO 4. MELANCIA	1. CHÁ MATE 2. BOLO DE CHOCOLATE 3. LARANJA
Ingredientes	ALHO, BETERRABA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FUBÁ DE MILHO, MARGARINA VEGETAL, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, AÇÚCAR CRISTAL, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, MAÇA NACIONAL, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE CAJU, PROTEÍNA TEXTURIZADA DE SOJA, PÃO FRANCÊS, SAL REFINADO, TOMATE	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CEBOLA, CENOURA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FAROFA PRONTA DE MANDIOCA, FEIJÃO CARIOCA, LINGUIÇA CALABRESA, MELANCIA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, SAL REFINADO, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, BOLO DE CHOCOLATE, CHÁ MATE, LARANJA
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 347,20	Proteínas 10% a 15% do VET 13,17 15%	Lipídios 15% a 30% do VET 8,16 21%	Carboidratos 55% a 65% do VET 56,92 66%	Fibra alimentar 4,26
	Cálcio, Ca 41,42	Ferro, Fe 1,94	Sódio, Na 446,46	Retinol 9,82	Vitamina C 33,29
	Vitamina A, RAE 64,48				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

14/08/2023 - 18/08/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FILÉ DE FRANGO COM QUIRERA	1. SALADA DE ALFACE, RÚCULA E TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM ABÓBORA 4. BANANA NANICA	1. SUCO DE ACEROLA 2. PÃO COM MANTEIGA 3. ABACAXI	1. FAROFA DE COUVE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (ABÓBORA CABOTIÁ, CENOURA, CHUCHU, REPOLHO E ABOBRINHA) 4. LARANJA	1. IOGURTE 2. BOLACHA CASEIRA 3. MELANCIA
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, OLEO DE SOJA, QUIRERA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABÓBORA PAULISTA, ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, LIMÃO COMUM, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TOMATE	ABACAXI PÉROLA, AÇÚCAR CRISTAL, MANTEIGA COM SAL, POLPA DE ACEROLA, PÃO FRANCÊS	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COUVE MANTEIGA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FAROFA PRONTA DE MANDIOCA, FEIJÃO PRETO, LARANJA, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO	BEBIDA LACTEA, BOLACHA CASEIRA, MELANCIA
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 363,90	Proteínas 10% a 15% do VET 12,50 14%	Lipídios 15% a 30% do VET 7,49 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 62,85 69%	Fibra alimentar 3,99
	Cálcio, Ca 77,90	Ferro, Fe 1,38	Sódio, Na 253,66	Retinol 23,04	Vitamina C 75,63
	Vitamina A, RAE 94,46				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

21/08/2023 - 25/08/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM COUVE 2. MACARRÃO PARAFUSO 3. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM BATATA 5. BANANA NANICA	1. VITAMINA DE BANANA COM AVEIA E CACAU 2. PÃO COM DOCE DE LEITE 3. MELANCIA	1. SALADA DE REPOLHO COM ABACAXI 2. ARROZ BRANCO 3. CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM LEGUMES (CENOURA, CHUCHU E BATATA) 4. MAÇA	1. SUCO DE BETERRABA COM LIMÃO 2. BISNAGUINHA SALGADA DE BATATINHA E AÇAFRÃO 3. MELÃO
Ingredientes	ALHO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, MACARRÃO PARAFUSO, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECOXA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LOURO, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AVEIA EM FLOCOS, AÇÚCAR CRISTAL, BANANA NANICA, CHOCOLATE EM PÓ 50%, DOCE DE LEITE, LEITE INTEGRAL UHT, MELANCIA, PÃO FRANCÊS	ABACAXI PÉROLA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, BETERRABA, BISNAGUINHA SALGADA DE BATATINHA COM AÇAFRÃO, LIMÃO COMUM, MELÃO NACIONAL
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 301,44	Proteínas 10% a 15% do VET 11,73 16%	Lipídios 15% a 30% do VET 5,01 15%	Carboidratos 55% a 65% do VET 53,93 72%	Fibra alimentar 3,45
	Cálcio, Ca 68,08	Ferro, Fe 1,58	Sódio, Na 423,95	Retinol 10,98	Vitamina C 20,88
	Vitamina A, RAE 52,77				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
BALÃO MÁGICO - PRÉ ESCOLA - 4 A 5 ANOS - VESPERTINO

28/08/2023 - 01/09/2023

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
LANCHE 09:00 / 15:00	1. SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA CRUA 2. ARROZ BRANCO 3. VACA ATOLADA (CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MANDIOCA)	1. SALADA DE ALFACE COM TOMATE 2. POLENTA 3. FRANGO AO MOLHO 4. BANANA NANICA	1. SUCO DO HULK 2. PÃO COM MANTEIGA 3. MAMÃO	1. SALADA DE TOMATE E CEBOLA (VINAGRETE) 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. LARANJA	1. LEITE COM CHOCOLATE 50% 2. CUCA DE GOIABADA 3. MELANCIA
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, MANDIOCA DESCASCADA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, BANANA NANICA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECORA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FUBÁ DE MILHO, LIMÃO COMUM, MARGARINA VEGETAL, MILHO VERDE ESPIGA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCÓOL	AÇÚCAR CRISTAL, COUVE MANTEIGA, LIMÃO COMUM, MAMÃO FORMOSA, MANTEIGA COM SAL, POLPA DE MARACUJÁ, PÃO FRANCÊS	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, FEIJÃO PRETO, LARANJA, LIMÃO COMUM, LOURO, OLEO DE SOJA, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	AÇÚCAR CRISTAL, CHOCOLATE EM PÓ 50%, CUCA DE GOIABADA, LEITE INTEGRAL UHT, MELANCIA
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 323,76	Proteínas 10% a 15% do VET 12,47 15%	Lipídios 15% a 30% do VET 7,66 21%	Carboidratos 55% a 65% do VET 52,77 65%	Fibra alimentar 3,56
	Cálcio, Ca 61,54	Ferro, Fe 1,34	Sódio, Na 390,70	Retinol 24,08	Vitamina C 40,44
	Vitamina A, RAE 51,71				

ROSALIA BRAGAGNOLO, CRN: 5003 / VANIA HARAKI, CRN: 4842 /