



PREFEITURA MUNICIPAL DE PALHOÇA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
AVENIDA HILZA TEREZINHA PAGANI, 280 - PASSA VINTE - PALHOÇA(SC) -
88.132-256

Ana Cristina Da Cunha Coutinho Bárbara
Maria da Silva Campos
Heloisa Ghizoni
Priscila Mattos Da Silva
Nutricionistas - Núcleo de Nutrição

CARDÁPIO MARÇO 2024 CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - 3 A 5 ANOS

1ª SEMANA					SEXTA 01/03
LANCHE MANHÃ / LANCHE TARDE					CAFÉ COM LEITE BISCOITO
ALMOÇO/ JANTAR					MACARRÃO FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA
2ª SEMANA	SEGUNDA 04/03	TERÇA 05/03	QUARTA 06/03	QUINTA 07/03	SEXTA 08/03
LANCHE MANHÃ / LANCHE TARDE	LEITE COM CHOCOLATE BISCOITO DE POLVILHO	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MEL	IOGURTE PÃO COM NATA/MEL	VITAMINA DE FRUTA	CAFÉ COM LEITE/SUCO DE MARACUJÁ MINI OMELETE
ALMOÇO/ JANTAR	MACARRÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO ASSADA SALADA FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA FRUTA	MACARRÃO FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO ASSADA SALADA
3ª SEMANA	SEGUNDA 11/03	TERÇA 12/03	QUARTA 13/03	QUINTA 14/03	SEXTA 15/03
LANCHE MANHÃ / LANCHE TARDE	CAFÉ COM LEITE BISCOITO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO COM BANANA	SUCO DE LARANJA/SUCO DE UVA PÃO COM DOCE DE BANANA SEM ACÚCAR	LEITE COM CHOCOLATE MINI OMELETE	CAFÉ COM LEITE BISCOITO
ALMOÇO/ JANTAR	ARROZ CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA FRUTA	MACARRÃO FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO ASSADA SALADA	MACARRÃO FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA
4ª SEMANA	SEGUNDA 18/03	TERÇA 19/03	QUARTA 20/03	QUINTA 21/03	SEXTA 22/03
LANCHE MANHÃ / LANCHE TARDE	LEITE COM CHOCOLATE 50% BISCOITO	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MEL	IOGURTE PÃO COM NATA/MEL	VITAMINA DE FRUTA	MINGAU DE FARINHA DE AVEIA COM BANANA
ALMOÇO/ JANTAR	MACARRÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO ASSADA SALADA FRUTA	MACARRÃO FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA


Priscila Mattos
Nutricionista
CRN-10 5549


Ana Cristina Da Cunha Coutinho Bárbara
Nutricionista
CRN10-0450


Bárbara M. S. Campos
Nutricionista
CRN 10 - 4716


Dra. Heloisa Ghizoni
Nutricionista
CRN-SC 6178



PREFEITURA MUNICIPAL DE PALHOÇA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
AVENIDA HILZA TEREZINHA PAGANI, 280 - PASSA VINTE - PALHOÇA(SC) -
88.132-256

Ana Cristina Da Cunha Coutinho Bárbara
Maria da Silva Campos
Heloisa Ghizoni
Priscila Mattos Da Silva
Nutricionistas - Núcleo de Nutrição

5ª SEMANA	SEGUNDA 25/03	TERÇA 26/03	QUARTA 27/03	QUINTA 28/03	SEXTA 29/03
LANCHE MANHÃ / LANCHE TARDE	CAFÉ COM LEITE BISCOITO	SUCO DE UVA/ SUCO DE LARANJA PÃO COM QUEIJO	CAFÉ COM LEITE BOLO	SORVETINHO DE MORANGO COM BANANA (IOGURTE NATURAL BATIDO COM A BANANA BEM MADURA E MORANGO CONGELADO)	FERIADO
ALMOÇO/ JANTAR	ARROZ CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA FAROFÁ	MACARRÃO FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO SALADA FRUTA	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA/FRANGO/SUÍNA/OVO ASSADA SALADA FRUTA	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO ESPAGUETE	

Observações: as frutas e hortaliças podem sofrer alterações conforme condições climáticas/safra.

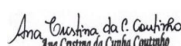
* **ATENÇÃO AOS ALUNOS COM CARDÁPIO ESPECIAL INDIVIDUALIZADO. * *No dia que for utilizar carne moída pode ser feito almôndegas com molho ou assada/HAMBÚRGUER.***

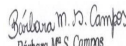
** As hortaliças podem ser adicionadas aos molhos, feijão, farofa, omelete, arroz, para facilitar as preparações neste momento.

*** A macã crua deve ser oferecida em fatias bem finas, caso a criança já saiba mastigar bem, ou raladinha. Ela não deve ser oferecida crua inteira ou em pedaços. Uma outra opção é servi-la cozida (no vapor, fervida).

CATEGORIA	SEMANA	CALORIA (KCAL)	PROTEÍNA (GR)	CARBOIDRATO (GR)	LIPÍDIO (GR)	FERRO (MG)	CÁLCIO (MG)	VITAMINA A (MG)	VITAMINA C (MG)
CEI - 3 a 5 anos	SEMANA 1	428.86	23.51	65.14	12.51	2.37	135.73	324.93	13.02
	SEMANA 2	422.31	20.21	63.62	13.09	2.31	132.47	323.40	30.02
	SEMANA 3	435.98	20.20	72.66	10.91	2.23	105.69	294.86	40.46
	SEMANA 4	416.61	18.73	66.48	12.33	1.80	143.91	388.70	34.22
	SEMANA 5	453.70	19.70	75.05	10.69	1.86	163.07	351.56	26.49


Priscila Mattos
Nutricionista
CRN-10 5549


Ana Cristina da C. Coutinho
Nutricionista
CRN10-0450


Bárbara M. S. Campos
Nutricionista
CRN 10 - 4716


Dra. Heloisa Ghizoni
Nutricionista
CRN-SC 6178



PREFEITURA MUNICIPAL DE PALHOÇA

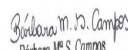
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

AVENIDA HILZA TEREZINHA PAGANI, 280 - PASSA VINTE - PALHOÇA(SC) -
88.132-256

Ana Cristina Da Cunha Coutinho Bárbara
Maria da Silva Campos
Heloisa Ghizoni
Priscila Mattos Da Silva
Nutricionistas - Núcleo de Nutrição


Priscila Mattos
Nutricionista
CRN-10 5549


Ana Cristina da C. Coutinho
Nutricionista
CRN10-0450


Bárbara M. S. Campos
Nutricionista
CRN 10 - 4716


Dra. Heloisa Ghizoni
Nutricionista
CRN-SC 6178