

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO FLORIANO PEIXOTO/RS
PROGRAMA NACIONAL ESCOLAR- PNAE



CARDÁPIO: 4-5 ANOS PRÉ-A e B ZONA: URBANA PERÍODO: INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<i>Refeição 1</i>	Biscoito salgado café com leite + Manga	Pão com presunto e queijo + banana	FERIADO	FERIADO	Mini Pizza + Leite com café (se for dias quentes fazer gelado)
<i>Refeição 2</i>	Principal 1: Batata inglesa cozida, arroz cozido + almôndegas em molho + salada de cenoura e tomate sem semente	Principal 1: Feijão com arroz, salada de beterraba, frango á xadrez (peito de frango, cenoura, vagem, brócolis, alho, tomate, cebola)	FERIADO	FERIADO	Principal 1: Carreteiro com salada de beterraba
<i>Refeição 3</i>	Melão	Abacaxi	FERIADO	FERIADO	Laranja

<i>Refeição 4</i>	Principal 2: Almôndegas em molho com purê de batata inglesa + tomate	Principal 2: Feijão com massa + frango em molho + salada de chuchu	FERIADO	FERIADO	Principal 2: Arroz com frango em molho salada de tomate sem semente e repolho refogado
-------------------	--	--	---------	---------	--

OBS: O cardápio pode sofrer alteração.

70% Das Necessidades Diárias Prés (4-5 anos)

Composição Nutricional	Energia (kcal) 4-5 anos	CHO% (g) 55-65%VET	PTN % (g) 10-15%VET	Lip % (g) 15-30% VET
Recomendação	945 kcal	130-154g	24-35g	26-37g
Média Semanal	889,8kcal	60,92% -143,2g	12,2% -27,18g	26,84% - 26,6g
Atendendo	94,1%	93,72%	81,33%	89,4%

Recomendação Nutricional	Vit. A (mcg) Vit C. (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)
	--	-	-	1400mg
Média semanal				1059,92

Atendendo				75,7%
-----------	--	--	--	-------