



Secretaria Municipal de Educação  
**Cardápio para Pré escola (4 a 5 anos)**  
**Maio/2024**

Refeição – 1ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
			01/05 (Feriado)	02/05	03/05
Lanche da manhã/ Lanche da tarde				Pão francês com carne moída + suco de maracujá + laranja	Arroz + mandioca cozida + pernil de porco cozido ou assado + salada de tomate com cebola
Refeição – 2ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	06/05	07/05	08/05	09/05	10/05
Lanche da manhã/ Lanche da tarde	Arroz + canjiquinha + linguiça cozida ou assada + salada de tomate	Torta salgada de carne moída + suco de maracujá + banana	Arroz + feijão + carne de panela cozida (acém) + salada de alface	Biscoito de polvilho + suco de maracujá + maçã	Arroz temperado com ovos + carne moída refogada + salada de pepino
Refeição – 3ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	13/05	14/05	15/05	16/05	17/05
Lanche da manhã/ Lanche da tarde	Arroz + carne moída refogada + abóbora cabotiá + salada de tomate	Falso pão de queijo + suco de maracujá + banana	Macarrão com frango ao molho + salada de alface	Pão francês com carne moída + suco de maracujá + mamão	Arroz + feijão + pernil de porco assado ou cozido + beterraba cozida
Refeição – 4ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	20/05	21/05	22/05	23/05	24/05
Lanche da manhã/ Lanche da tarde	Arroz + carne moída refogada + canjiquinha + abóbora paulista cozida	Arroz doce + banana	Polenta com frango ao molho de tomate + beterraba cozida	Torta salgada de carne moída + suco de maracujá + melão	Arroz + batata doce cozida + carne de panela cozida (acém) + salada de repolho
Refeição – 1ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	27/05	28/05	29/05	30/05 (Feriado)	31/05 (Recesso)
Lanche da manhã/ Lanche da tarde	Arroz + carne moída refogada + abóbora cabotiá cozida	Bolo de chocolate com aveia sem cobertura + bebida láctea + banana	Polenta com frango ao molho de tomate + salada de repolho e cenoura		



29/04 a 03/05	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	
Média semanal	345,88	13	52,12	16%	10	90,97	30%	51	202,44	54%	451,83
06/05 a 10/05	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	
Média semanal	342,08	12	46,67	14%	11	96,02	28%	50	199,17	58%	594,01
13/05 a 17/05	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	
Média semanal	384,46	13	51,96	13%	11	102,02	26%	58	230,69	61%	466,66
20/05 a 24/05	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	
Média semanal	318,74	12	47,69	15%	10	88,30	31%	46	183,00	53%	410,18
27/05 a 31/05	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	
Média semanal	345,88	13	52,12	16%	10	90,97	30%	51	202,44	54%	451,83