



CARDÁPIO 2024



Prefeitura de Itanhaém

HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ª SEMANA					
	DESJEJUM				
DESJEJUM 07h30min	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BOLO
	HIDRATAÇÃO				
HIDRATAÇÃO 09h30min	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO
	ALMOÇO				
ALMOÇO 11h00min	ARROZ COM FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO PURÊ DE BATATA E BETERRABA SALADA FRUTA	RISOTO DE FRANGO COM CENOURA E ERVILHA (SECA) CENOURA RALADA SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO CARNE BOVINA COM MANDIOCA SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO FRANGO COM BATATA E CENOURA SALADA FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE BOVINA SALADA FRUTA
	LANCHE DA TARDE				
LANCHE DA TARDE 13h30MIN	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA	LEITE BOLO	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA
	JANTAR				
JANTAR 15h00min	SOPA DE MACARRÃO COM MANDIOQUINHA, BATATA, CENOURA E FRANGO	SOPA DE FEIJÃO MACARRÃO E CARNE BOVINA	CANJA DE FRANGO, COM BATATA E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA	CREME DE ABÓBORA COM BATATA, E FRANGO
	CALORIAS 1029,04 kcal CARBOIDRATOS: 151,74g PROTEÍNAS: 47,69g GORDURAS: 27,82g	CALORIAS 1059,72 kcal CARBOIDRATOS: 179,78g PROTEÍNAS: 52,91g GORDURAS: 18,74g	CALORIAS 1027 kcal CARBOIDRATOS: 163,85g PROTEÍNAS: 50,75g GORDURAS: 21,32g	CALORIAS 1082,96 kcal CARBOIDRATOS: 167,71g PROTEÍNAS: 47,69g GORDURAS: 24,38g	CALORIAS 992,14 kcal CARBOIDRATOS: 168,53g PROTEÍNAS: 45,62g GORDURAS: 18,90g
CARDÁPIOS E HORÁRIOS DEFINIDOS PELA NUTRICIONISTA TÉCNICA, SEGUINDO ORIENTAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE E A RESOLUÇÃO Nº 06 DE 08 DE MAIO DE 2020 (PNAE)					



CARDÁPIO 2024



Prefeitura de Itanhaém

HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
2ª SEMANA					
	DESJEJUM				
DESJEJUM 07h30min	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BOLO
HIDRATAÇÃO 09h30min	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO
	ALMOÇO				
ALMOÇO 11h00min	ARROZ COM FEIJÃO PRETO CARNE BOVINA FAROFA DE COUVE E CENOURA RALADA SALADA FRUTA	RISOTO DE FRANGO COM CENOURA E ERVILHA (SECA) SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO CARNE BOVINA COM ABÓBORA SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO FRANGO COM PURÊ DE BATATA SALADA FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE BOVINA SALADA FRUTA
	LANCHE DA TARDE				
LANCHE DA TARDE 13h30min	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA	LEITE BOLO	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA
	JANTAR				
JANTAR 15h00min	SOPA DE MACARRÃO COM MANDIOQUINHA, BATATA, CENOURA E FRANGO	SOPA DE FEIJÃO, MACARRÃO E CARNE BOVINA	SOPA DE ERVILHA (SECA) COM BATATA E FRANGO	SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA	CANJA DE FRANGO COM BATATA E CENOURA
	CALORIAS: 745,88kcal CARBOIDRATOS: 91,06g PROTEÍNAS: 25,15g GORDURAS: 17,21g	CALORIAS: 773,74kcal CARBOIDRATOS: 102,63g PROTEÍNAS: 31,70g GORDURAS: 26,40g	CALORIAS: 682,02kcal CARBOIDRATOS: 107,24g PROTEÍNAS: 29,32g GORDURAS: 17,37g	CALORIAS: 833,39kcal CARBOIDRATOS: 114,34g PROTEÍNAS: 35,23g GORDURAS: 26,27g	CALORIAS: 708,38kcal CARBOIDRATOS: 116,26g PROTEÍNAS: 27,55g GORDURAS: 15,73g
CARDÁPIOS E HORÁRIOS DEFINIDOS PELA NUTRICIONISTA TÉCNICA, SEGUINDO ORIENTAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE E A RESOLUÇÃO Nº 06 DE 08 DE MAIO DE 2020 (PNAE)					



CARDÁPIO 2024



Prefeitura de Itanhaém

HORÁRIOS	SEGUNDA- FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUART- FEIRA	QUINTA- FEIRA	SEXTA- FEIRA
3ª SEMANA					
	DESJEJUM				
DESJEJUM 07h30min	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BOLO
	HIDRATAÇÃO				
HIDRATAÇÃO 09h30min	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO
	ALMOÇO				
ALMOÇO 11h00min	ARROZ COM FEIJÃO PRETO CARNE BOVINA FAROFA DE COUVE E CENOURA RALADA SALADA FRUTA	ARROZ C/ FRICASSÊ DE FRANGO A LA MARIA GRACIETTE BATATA CORADA AO FORNO SALADA FRUTA	ARROZ C/ FEIJÃO CARNE BOVINA C/ MANDIOCA SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO FRANGO COM BATATA E CENOURA SALADA FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE BOVINA SALADA FRUTA
	LANCHE DA TARDE				
LANCHE DA TARDE 13h30min	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA	LEITE BOLO	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA
	JANTAR				
JANTAR 15h00min	SOPA DE MACARRÃO COM MANDIOQUINHA, BATATA, CENOURA E FRANGO	SOPA DE FEIJÃO, MACARRÃO E CARNE BOVINA	CREME DE ABÓBORA COM BATATA E FRANGO	CANJA DE FRANGO COM BATATA E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA
	CALORIAS 1036,35 kcal CARBOIDRATOS: 149,44g PROTEÍNAS: 53,64g GORDURAS: 26,63g	CALORIAS 994,30 kcal CARBOIDRATOS: 163,28g PROTEÍNAS: 51,46g GORDURAS: 18,33g	CALORIAS 929 kcal CARBOIDRATOS: 135,12g PROTEÍNAS: 44,87g GORDURAS: 25,37g	CALORIAS 1285,40 kcal CARBOIDRATOS: 203,53g PROTEÍNAS: 59,08g GORDURAS: 28,06g	CALORIAS 992,14 kcal CARBOIDRATOS: 168,53g PROTEÍNAS: 50,22g GORDURAS: 18,90g
CARDÁPIOS E HORÁRIOS DEFINIDOS PELA NUTRICIONISTA TÉCNICA, SEGUINDO ORIENTAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE E A RESOLUÇÃO Nº 06 DE 08 DE MAIO DE 2020 (PNAE)					



CARDÁPIO 2024



Prefeitura de Itanhaém

HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
4ª SEMANA					
	DESJEJUM				
DESJEJUM 07h30min	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BOLO
	HIDRATAÇÃO				
HIDRATAÇÃO 09h30min	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO
	ALMOÇO				
ALMOÇO 11h00min	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SEM MILHO BATATAS SAUTÉ SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA, TOMATE E ABOBRINHA SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO FRANGO COM PURÊ DE BATATA SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO PRETO CARNE BOVINA COM FAROFA DE COUVE E CENOURA SALADA FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO SALADA BOLO DE ANIVERSÁRIO
	LANCHE DA TARDE				
LANCHE DA TARDE 13h30min	LEITE BOLO	LEITE TORTA DE ABOBRINHA E CENOURA	LEITE BOLO	LEITE BOLO	LEITE TORTA DE ABOBRINHA E CENOURA
	JANTAR				
JANTAR 15h00min	SOPA DE MACARRÃO COM MANDIOQUINHA, BATATA, CENOURA E FRANGO	SOPA DE FEIJÃO, MACARRÃO E CARNE BOVINA	SOPA DE ERVILHA COM BATATA E FRANGO	CANJA DE FRANGO COM BATATA E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA
	CALORIAS 994,30 kcal CARBOIDRATOS: 163,28g PROTEÍNAS: 51,46g GORDURAS: 18,33g	CALORIAS 1036,35 kcal CARBOIDRATOS: 149,44g PROTEÍNAS: 53,64g GORDURAS: 26,63g	CALORIAS 909,43 kcal CARBOIDRATOS: 128,19g PROTEÍNAS: 45,46g GORDURAS: 25,79g	CALORIAS 1210,47 kcal CARBOIDRATOS: 192,00g PROTEÍNAS: 57,28g GORDURAS: 25,97g	CALORIAS 1030,76 kcal CARBOIDRATOS: 172,60g PROTEÍNAS: 50,76g GORDURAS: 18,61g

CARDÁPIOS E HORÁRIOS DEFINIDOS PELA NUTRICIONISTA TÉCNICA, SEGUINDO ORIENTAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE E A RESOLUÇÃO Nº 06 DE 08 DE MAIO DE 2020 (PNAE)



CARDÁPIO 2024



Prefeitura de Itanhaém

HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
5ª SEMANA					
	DESJEJUM				
DESJEJUM 07h30min	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BATIDO COM FRUTA	LEITE PÃO COM REQUEIJÃO DE INHAME	LEITE BOLO
HIDRATAÇÃO 09h30min	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO	SUCO
	ALMOÇO				
ALMOÇO 11h00min	ARROZ COM FEIJÃO PRETO CARNE BOVINA FAROFA DE COUVE E CENOURA RALADA SALADA FRUTA	RISOTO DE FRANGO COM CENOURA E ERVILHA (SECA) SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO CARNE BOVINA COM ABÓBORA SALADA FRUTA	ARROZ COM FEIJÃO FRANGO COM PURÊ DE BATATA SALADA FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE BOVINA SALADA FRUTA
	LANCHE DA TARDE				
LANCHE DA TARDE 13h30min	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA	LEITE BOLO	LEITE BOLO	LEITE TORTA SALGADA
	JANTAR				
JANTAR 15h00min	SOPA DE MACARRÃO COM MANDIOQUINHA, BATATA, CENOURA E FRANGO	SOPA DE FEIJÃO, MACARRÃO E CARNE BOVINA	SOPA DE ERVILHA (SECA) COM BATATA E FRANGO	SOPA DE FUBÁ COM CARNE BOVINA	CANJA DE FRANGO COM BATATA E CENOURA
	CALORIAS: 745,88kcal CARBOIDRATOS: 91,06g PROTEÍNAS: 25,15g GORDURAS: 17,21g	CALORIAS: 773,74kcal CARBOIDRATOS: 102,63g PROTEÍNAS: 31,70g GORDURAS: 26,40g	CALORIAS: 682,02kcal CARBOIDRATOS: 107,24g PROTEÍNAS: 29,32g GORDURAS: 17,37g	CALORIAS: 833,39kcal CARBOIDRATOS: 114,34g PROTEÍNAS: 35,23g GORDURAS: 26,27g	CALORIAS: 708,38kcal CARBOIDRATOS: 116,26g PROTEÍNAS: 27,55g GORDURAS: 15,73g
CARDÁPIOS E HORÁRIOS DEFINIDOS PELA NUTRICIONISTA TÉCNICA, SEGUINDO ORIENTAÇÕES DO GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE E A RESOLUÇÃO Nº 06 DE 08 DE MAIO DE 2020 (PNAE)					