

| REFEIÇÕES                     | SEGUNDA - 03/03/25                         | TERÇA - 04/03/25           | QUARTA - 05/03/25          | QUINTA - 06/03/25  | SEXTA - 07/03/25  |                                  |
|-------------------------------|--|----------------------------|----------------------------|--|---|----------------------------------|
| Colação<br>10:00 às 10:30     | Evento - RECESSO ESCOLAR                   | Evento - CARNAVAL          | Evento - RECESSO ESCOLAR   | Salada de repolho e cenoura   Arroz branco   Feijão carioca   Ovos | Macarrão ao molho de carne moída   Salada de alface   Banana nanica |                                  |
| Lanche<br>15:00 às 15:30      | Evento - RECESSO ESCOLAR                   | Evento - CARNAVAL          | Evento - RECESSO ESCOLAR   | Salada de repolho e cenoura   Arroz branco   Feijão carioca   Ovos | Macarrão ao molho de carne moída   Salada de alface   Banana nanica |                                  |
| <b>Adequação Nutricional:</b> | <b>Energia (kcal/kJ):</b> 620.52 / 2596.25 | <b>Proteína (g):</b> 31.51 | <b>Lipídeos (g):</b> 12.10 | <b>Carboidratos (g):</b> 96.84                                     | <b>Sódio (mg):</b> 787.89   | <b>Fibra Alimentar (g):</b> 8.83 |

| REFEIÇÕES                     | SEGUNDA - 10/03/25                                    | TERÇA - 11/03/25                            | QUARTA - 12/03/25                  | QUINTA - 13/03/25  | SEXTA - 14/03/25  |                                  |
|-------------------------------|---|---|------------------------------------|--|---|----------------------------------|
| Colação<br>10:00 às 10:30     | Pão francês   Carne bovina moída   Suco polpa acerola | Polenta com molho de frango desfiado   Maçã | Bolo simples   Suco polpa maracujá | Salada de alface e cenoura   Arroz branco   Feijão carioca   Carne bovina em cubos   Banana nanica | Melancia   Sopa de legumes com frango e macarrão (batata, cenoura, repolho) |                                  |
| Lanche<br>15:00 às 15:30      | Pão francês   Carne bovina moída   Suco polpa acerola | Polenta com molho de frango desfiado   Maçã | Bolo simples   Suco polpa maracujá | Salada de alface e cenoura   Arroz branco   Feijão carioca   Carne bovina em cubos   Banana nanica | Sopa de legumes com frango e macarrão (batata, cenoura, repolho)   Melancia |                                  |
| <b>Adequação Nutricional:</b> | <b>Energia (kcal/kJ):</b> 564.71 / 2074.17            | <b>Proteína (g):</b> 27.14                  | <b>Lipídeos (g):</b> 12.10         | <b>Carboidratos (g):</b> 88.54   | <b>Sódio (mg):</b> 499.51   | <b>Fibra Alimentar (g):</b> 6.65 |

| REFEIÇÕES                     | SEGUNDA - 17/03/25   | TERÇA - 18/03/25                                   | QUARTA - 19/03/25  | QUINTA - 20/03/25                                     | SEXTA - 21/03/25   |                                  |
|-------------------------------|--|--|--|---|--|----------------------------------|
| Colação<br>10:00 às 10:30     | Feijão carioca   Salada de repolho e cenoura   Arroz branco   Ovos | Bolo simples   Suco polpa maracujá   Banana nanica | Abóbora refogada   Salada de alface   Arroz branco   Feijão carioca   Melão   Carne de frango em cubos | Pão francês   Carne bovina moída   Suco polpa acerola | Macarrão ao molho de frango   Salada de alface   Banana nanica |                                  |
| Lanche<br>15:00 às 15:30      | Salada de repolho e cenoura   Arroz branco   Feijão carioca   Ovos | Bolo simples   Suco polpa maracujá   Banana nanica | Abóbora refogada   Salada de alface   Arroz branco   Feijão carioca   Melão   Carne de frango em cubos | Pão francês   Carne bovina moída   Suco polpa acerola | Macarrão ao molho de frango   Salada de alface   Banana nanica |                                  |
| <b>Adequação Nutricional:</b> | <b>Energia (kcal/kJ):</b> 600.57 / 2224.18                         | <b>Proteína (g):</b> 26.46                         | <b>Lipídeos (g):</b> 12.65   | <b>Carboidratos (g):</b> 97.12                        | <b>Sódio (mg):</b> 759.14                                      | <b>Fibra Alimentar (g):</b> 8.01 |

| REFEIÇÕES                     | SEGUNDA - 24/03/25   | TERÇA - 25/03/25                            | QUARTA - 26/03/25   | QUINTA - 27/03/25                  | SEXTA - 28/03/25   |                                  |
|-------------------------------|--|---|---|------------------------------------|--|----------------------------------|
| Colação<br>10:00 às 10:30     | Arroz nutritivo (ovos, cenoura, abobrinha e cheiro verde)   Salada de alface | Polenta com molho de frango desfiado   Maçã | Melancia   Sopa de legumes com frango e macarrão (batata, cenoura, repolho) | Bolo simples   Suco polpa maracujá | Macarronada espaguete   Carne de frango (coxa e sobrecoxa sem dorso)   Beterraba |                                  |
| Lanche<br>15:00 às 15:30      | Arroz nutritivo (ovos, cenoura, abobrinha e cheiro verde)   Salada de alface | Polenta com molho de frango desfiado   Maçã | Sopa de legumes com frango e macarrão (batata, cenoura, repolho)   Melancia | Bolo simples   Suco polpa maracujá | Macarronada espaguete   Carne de frango (coxa e sobrecoxa sem dorso)   Beterraba |                                  |
| <b>Adequação Nutricional:</b> | <b>Energia (kcal/kJ):</b> 570.81 / 2099.65                                   | <b>Proteína (g):</b> 27.36                  | <b>Lipídeos (g):</b> 17.76  | <b>Carboidratos (g):</b> 75.94     | <b>Sódio (mg):</b> 582.32  | <b>Fibra Alimentar (g):</b> 4.47 |

| REFEIÇÕES                     | SEGUNDA - 31/03/25   | TERÇA - 01/04/25             | QUARTA - 02/04/25            | QUINTA - 03/04/25              | SEXTA - 04/04/25             |                                   |
|-------------------------------|--|------------------------------|------------------------------|--------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| Colação<br>10:00 às 10:30     | Feijão carioca   Salada de repolho e cenoura   Arroz branco   Ovos | Dia não incluído no cardápio | Dia não incluído no cardápio | Dia não incluído no cardápio   | Dia não incluído no cardápio |                                   |
| Lanche<br>15:00 às 15:30      | Salada de repolho e cenoura   Arroz branco   Feijão carioca   Ovos | Dia não incluído no cardápio | Dia não incluído no cardápio | Dia não incluído no cardápio   | Dia não incluído no cardápio |                                   |
| <b>Adequação Nutricional:</b> | <b>Energia (kcal/kJ):</b> 595.60 / 2491.99                         | <b>Proteína (g):</b> 25.96   | <b>Lipídeos (g):</b> 11.04   | <b>Carboidratos (g):</b> 96.71 | <b>Sódio (mg):</b> 736.24    | <b>Fibra Alimentar (g):</b> 11.46 |