



Prefeitura de
MONTE ALTO



CARDÁPIO SEMANAL – 05/04 a 09/04/2021
ESCOLA INTEGRAL - MARMITAS

SEGUNDA - FEIRA 05/04	ARROZ + FEIJÃO + LINGUIÇA DE PERNIL ASSADA + ABOBRINHA REFOGADA + FRUTA + PÃO
TERÇA - FEIRA 06/04	MACARRÃO À BOLONHESA + ALFACE + FRUTA + PÃO
QUARTA - FEIRA 07/04	ARROZ + FEIJÃO + BIFE DE PERNIL ACEBOLADO + CENOURA E ERVILHBA NA MANTEIGA + FRUTA + PÃO
QUINTA - FEIRA 08/04	ARROZ + FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO COM CEBOLA E TOMATE + CABOTCHA REFOGADA + FRUTA + PÃO
SEXTA – FEIRA 09/04	ARROZ + FEIJÃO + BIFE BOVINO + REPOLHO REFOGADO + FRUTA + PÃO

Importante - porcionar sempre de acordo com idade

Informação Nutricional

Os cardápios diários apresentam em sua composição, quando servidos na porção máxima (crianças 11-18 anos), em média, os seguintes nutrientes mínimos:

Valor Calórico (70% necessidades)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Vit A. (ug)	Vit C. (mg)	Ca (mg)	Fé (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)
1.700	276,3	50,0	42,5	560	49	910	9,1	271	7,0

Nutricionista responsável: ALINE DE OLIVEIRA COLATRELLI

Cardápio sujeito a alterações.