



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

**INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS (MÉDIA MENSAL):**

	Composição nutricional											
	Calorias (kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Fibra alimentar (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Magnésio (mg)	Sódio (mg)	Vit A (µg)	Vit C (mg)
Diurno – 4 a 5 anos	307,2	11,87	45,86	8,48	3,22	92,22	0,98	1,26	38,28	288,98	109,84	52,96
Diurno - 6 a 10 anos	363,46	13,17	56,41	9,46	3,56	98,48	1,09	1,44	43,27	431,72	118,94	54,32
Diurno – 11 a 15 anos	456,22	16,08	74	10,65	3,96	100,34	1,32	1,81	51,46	436,31	123,5	54,45
Noturno	567,87	24,27	94,95	10,11	8,87	92,91	3,52	3,02	107,6	478,83	158,02	56,16

	% de macronutrientes		
	Proteína	Carboidrato	Lipídio
Diurno – 4 a 5 anos	15,45	59,71	24,84
Diurno - 6 a 10 anos	14,49	62,08	23,43
Diurno – 11 a 15 anos	14,1	64,88	21,02
Noturno	17,09	66,88	16,02



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

**DIURNO**

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
<b>02 a 04/08</b> Matutino- 9h Vespertino- 15	-	-	<b>PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO</b>	- Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela)	-Carne suína picadinha com batatas ao molho de tomate -Arroz branco - Banana	-
<b>07 a 11/08</b> Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho	- Iogurte - Pão de queijo - Banana	-Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz	-Salada de frutas (laranja, abacaxi, banana e mamão)	-Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito) -Laranja	-
<b>14 a 18/08</b> Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela)	-Refresho natural de maracujá (fruta ou polpa) -Pão francês com carne ao molho - Mexerica	- Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa) com abóbora kabutiá ao molho -Arroz	- Leite com cacau - Bolo de cenoura	-Carne suína picadinha com batatas ao molho de tomate -Arroz branco - Banana	-
<b>21 a 25/08</b> Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho	- Iogurte - Pão de queijo - Banana	-Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz	-Salada de frutas (laranja, abacaxi, banana e mamão)	-Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito) -Laranja	-
<b>28/08 a 01/09</b> Matutino- 9h Vespertino- 15h	- Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela)	-Refresho natural de maracujá (fruta ou polpa) -Pão francês com carne ao molho - Mexerica	- Salada de repolho e tomate -Frango (coxa e sobrecoxa) com abóbora kabutiá ao molho -Arroz	- Leite com cacau - Bolo de cenoura	-Carne suína picadinha com batatas ao molho de tomate -Arroz branco - Banana	-



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

**NOTURNO**

<b>DIAS</b>	<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>	<b>SÁBADO</b>
<b>02 a 04/08 Noturno 19h</b>	-	-	<b>PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO</b>	- Feijão cozido com carne - Couve refogada - Farofa de banana picadinha - Arroz - Laranja em rodela	-Salada de alface e cheiro verde -Carne suína picadinha com batatas ao molho de tomate -Arroz branco -Feijão de caldo - Banana	-
<b>07 a 11/08 Noturno 19h</b>	-Salada de beterraba com cheiro verde -Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho - Feijão de caldo	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Vinagrete -Galinhada (coxa e sobrecoxa) - Cenoura ao molho - Feijão de caldo -Banana	-Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz - Feijão de caldo	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, abóbora, repolho, feijão e açafrão) - Pão em pedaços	-Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito) -Abobrinha refogada -Feijão de caldo -Laranja	-
<b>14 a 18/08 Noturno 19h</b>	-Salada de couve em tirinhas e tomate -Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela) -Arroz -Feijão de caldo	-Salada de repolho e tomate -Picadinho de carne com abóbora - Arroz - Feijão de caldo -Mexerica	- Salada de chuchu em cubos e cheiro verde -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz - Feijão de caldo	- Feijão cozido com carne - Couve refogada - Farofa de banana picadinha - Arroz - Laranja em rodela	-Salada de alface e cheiro verde -Carne suína picadinha com batatas ao molho de tomate -Arroz branco -Feijão de caldo	-
<b>21 a 25/08 Noturno 19h</b>	-Salada de beterraba com cheiro verde -Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho -Feijão de caldo	-Refresco natural de maracujá (fruta ou polpa) - Vinagrete -Galinhada (coxa e sobrecoxa) - Cenoura ao molho - Feijão de caldo -Banana	-Salada de cenoura ralada, repolho e maçã -Escondidinho com frango desfiado (peito) -Arroz - Feijão de caldo	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, abóbora, repolho, feijão e açafrão) - Pão em pedaços	-Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito) -Abobrinha refogada -Feijão de caldo -Laranja	-
<b>28/08 a 01/09 Noturno 19h</b>	-Salada de couve em tirinhas e tomate -Macarrão a bolonhesa (molho de carne moída e queijo mussarela) -Arroz -Feijão de caldo	-Salada de repolho e tomate -Picadinho de carne com abóbora - Arroz - Feijão de caldo - Mexerica	- Salada de chuchu em cubos e cheiro verde -Frango (coxa e sobrecoxa) com batatas ao molho de açafrão -Arroz - Feijão de caldo	-Feijão cozido com carne -Couve refogada -Farofa de banana picadinha -Arroz -Laranja em rodela	-Salada de alface e cheiro verde -Carne suína picadinha com batatas ao molho de tomate -Arroz branco -Feijão de caldo	-



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

**DIURNO**

<b>ALIMENTOS BÁSICOS DE ESTOQUE SECO</b>				
<b>ALIMENTO</b>	<b>Número de refeições ao mês</b>	<b>Quantidade per capita 4 a 5 anos</b>	<b>Quantidade per capita 6 a 10 anos</b>	<b>Quantidade per capita 11 a 15 anos</b>
Açafrão	4	0,3g	0,3g	0,3g
Açúcar	2 (refresco natural) e 2 (leite com cacau)	3g (leite com cacau), 5g ( café e fruta caramelada), 7g (bolo de milho), 10g (suco e refresco) e 15g (leite caramelado e canjica)	4g (leite com cacau), 5g ( café e fruta caramelada), 7g (bolo de milho), 15g (suco e refresco) e 20g (leite caramelado e canjica)	5g (com leite com cacau), 5g (fruta caramelada), 7g (bolo de milho), 15g (suco e refresco) e 20g (leite caramelado e canjica)
Arroz	11 (prato salgado)	20g (Baião de três) e 40g (prato salgado)	30g (Baião de três) e 60g (prato salgado)	50g (Baião de três) e 80g (prato salgado)
Cacau em pó (100%)	2 (leite com cacau)	3g (leite com cacau)	4g (leite com cacau)	5g (leite com cacau)
Extrato de tomate	10	10g (preparação salgada)	10g (preparação salgada)	10g (preparação salgada)
Leite em pó	2 (leite com cacau)	3g (purê), 20g (para diluir com água)	3g (purê), 25g (para diluir com água)	3g (purê), 25g (para diluir com água)
Leite líquido	-	14ml (bolo de milho), 20ml (purê), 30ml (molho branco), 150ml (café da manhã e lanche da tarde)	14ml (bolo de milho), 20ml (purê), 50ml (molho branco), 180ml (café da manhã e lanche da tarde)	14ml (bolo de milho), 20ml (purê), 50ml (molho branco), 200ml (café da manhã e lanche da tarde)
Macarrão Parafuso	3 (macarronada)	10g (salada), 25g (macarronada)	15g (salada), 40g (macarronada)	15g (salada), 60g (macarronada)
Óleo	16 (preparação salgada)	3ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)	4ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)	5ml (preparação salgada) e 7ml (bolo de milho)
Sal	16 (preparação salgada)	0,5g (preparação salgada)	1g preparação salgada)	1g preparação salgada)



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

VERDURAS, LEGUMES E OVOS								
ALIMENTO	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade per capita 6 a 10 anos	Quantidade per capita 11 a 14 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
				1ª semana 02 a 04/08	2ª semana 07 a 11/08	3ª semana 14 a 18/08	4ª semana 21 a 25/08	5ª semana 28/08 a 01/09
<b>Alho</b>	0,5g (por preparação)	1g (por preparação)	1g (por preparação)	2 (preparações)	3 (preparações)	4 (preparações)	3 (preparações)	4 (preparações)
<b>Abobrinha</b>	15g (farofa) e 20g (guarnição)	15g (farofa) e 25g (guarnição)	15g (farofa) e 25g (guarnição)	-	-	-	-	-
<b>Abóbora</b>	25g (guarnição) e 40g (caldo)	25g (guarnição) e 40g (caldo)	30g (guarnição) e 40g (caldo)	-	1(guarnição)	1(guarnição)	1(guarnição)	1(guarnição)
<b>Alface</b>	15g (sanduíche) e 20g (salada)	15g (sanduíche) e 20g (salada)	15g (sanduíche) e 20g (salada)	-	-	-	-	-
<b>Batata</b>	20g (sopa e guarnição) e 50g (escondidinho e purê)	20g (sopa), 25g (guarnição) e 70g (escondidinho e purê)	20g (sopa), 25g (guarnição) e 70g (escondidinho e purê)	1 (guarnição)	1 (escondidinho)	1 (guarnição)	1 (escondidinho)	1 (guarnição)
<b>Beterraba</b>	20g (guarnição e salada)	25g (guarnição e salada)	25g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
<b>Cebola</b>	3g (por preparação)	5g (por preparação)	5g (por preparação)	2 (refeições)	3 (refeições)	4 (refeições)	3 (refeições)	4 (refeições)
<b>Cenoura</b>	15g (recheio de sanduíche e farofa), 20g (risoto e sopa, guarnição e	15g (recheio de sanduíche e farofa), 20g (risoto e sopa) e 25g	15g (recheio de sanduíche e farofa), 20g (risoto e sopa) e 25g	-	1 (salada)	-	1 (salada)	-



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

	salada)	(guarnição e salada)	(guarnição e salada)					
<b>Cheiro verde</b>	1g (por preparação)	1g (por preparação)	1g (por preparação)	-	-	-	-	-
<b>Chuchu</b>	20g (sopa, guarnição e salada)	20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
<b>Couve</b>	20g (guarnição e salada)	20g (guarnição e salada)	20g (guarnição e salada)	-	-	-	-	-
<b>Mandioca</b>	25g (quibebe) e 50g (escondidinho)	30g (quibebe) e 70g (escondidinho)	30g (quibebe) e 70g (escondidinho)	-	-	-	-	-
<b>Milho verde</b>	8,5g (bolo de milho) 40g (guarnição)	8,5g (bolo de milho) 50g (guarnição)	8,5g (bolo de milho) 50g (guarnição)	-	-	-	-	-
<b>Pepino</b>	20g (salada)	25g (salada)	25g (salada)	-	-	-	-	-
<b>Repolho</b>	20g (sopa) e 25g(salada)	2g (sopa) e 25g (salada)	20g (sopa) e 25g (salada)	-	2 (saladas)	1 (salada)	2 (saladas)	1 (salada)
<b>Tomate</b>	25g (salada), 20g (recheio pão) e 15g (molho)	30g (salada), 20g (recheio pão) e 15g (molho)	30g (salada), 20g (recheio pão) e 15g (molho)	-	1 (salada) e 1 (molho)	1 (salada)	1 (salada) e 1 (molho)	1 (salada)
<b>Ovos – 1 un (cardápio salgado) e 7,5 g (bolo de milho)</b>	1 unid.	1 unid.	1 unid.	-	-	-	-	-



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

FRUTAS								
ALIMENTO	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade per capita 6 a 10 anos	Quantidade per capita 11 a 14 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
				1ª semana 02 a 04/08	2ª semana 07 a 11/08	3ª semana 14 a 18/08	4ª semana 21 a 25/08	5ª semana 28/08 a 01/09
<b>Abacaxi</b>	10g (salada salgada), 70g (salada de frutas), 100g (refresco natural) e 100g (fatia)	10g (salada salgada), 70g (salada de frutas), 100g (suco) e 150g (fatia)	10g (salada salgada), 70g (salada de frutas), 100g (refresco natural) e 150g (fatia)	-	70g (salada de frutas)	-	70g (salada de frutas)	-
<b>Acerola</b>	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
<b>Banana</b>	40g (leite enriquecido e 70g (salada de frutas) e 100g (1 unidade)	40g (leite enriquecido e 70g (salada de frutas) e 100g (1 unidade)	40g (leite enriquecido e 70g (salada de frutas) e 100g (1 unidade)	100g (1 unid.)	100g (1 unid.) e 70g (salada de frutas)	100g (1 unid.)	100g (1 unid.) e 70g (salada de frutas)	100g (1 unid.)
<b>Caju</b>	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
<b>Goiaba</b>	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	-	-	-	-	-
<b>Laranja</b>	10g (salada salgada) e 200g (1 unidade)	10g (salada salgada) e 200g (1 unidade)	10g (salada salgada) e 200g (1 unidade)	-	200g (1 unid.) e 100g (salada de frutas)	-	200g (1 unid.) e 100g (salada de frutas)	-
<b>Limão</b>	15g (suco)	15g (suco)	15g (suco)	-	-	-	-	-
<b>Maçã</b>	100g (1 unidade)	100g (1 unidade)	100g (1 unidade)	-	10g (salada salgada)	-	10g (salada salgada)	-
<b>Mamão</b>	40g (leite enriquecido), 70g (salada de frutas) e 100g (fatia)	40g (leite enriquecido), 70g (salada de frutas) e 150g (fatia)	40g (leite enriquecido), 70g (salada de frutas) e 150g (fatia)	-	70g (salada de frutas)	-	70g (salada de frutas)	-



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

<b>Maracujá</b>	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	50g (refresco natural)	-	-	50g (refresco natural)	-	50g (refresco natural)
<b>Melão</b>	100g (1 fatia)	120g (1 fatia)	120g (1 fatia)	-	-	-	-	-
<b>Mexerica</b>	150g ( 1 unidade)	150g (1 unidade)	150g ( 1 unidade)	-	-	150g ( 1 unidade)	-	150g ( 1 unidade)

**CARNES**

ALIMENTO	Quantidade per capita 4 a 5 anos	Quantidade per capita 6 a 10 anos	Quantidade per capita 11 a 14 anos	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA				
				1ª semana 02 a 04/08	2ª semana 07 a 11/08	3ª semana 14 a 18/08	4ª semana 21 a 25/08	5ª semana 28/08 a 01/09
<b>Carne Bovina</b>	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	1 (preparação)	-	2 (preparações)	-	2 (preparações)
<b>Carne suína</b>	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)	1 (preparação)
<b>Filé de pescado</b>	40g (por preparação)	40g (por preparação)	50g (por preparação)	-	-	-	-	-
<b>Frango - coxa e sobrecoxa</b>	50g (por preparação)	60g (por preparação)	60g (por preparação)	-	-	1 (preparação)	-	1 (preparação)
<b>Frango – peito</b>	50g (por preparação)	50g (por preparação)	60g (por preparação)	-	2 (preparações)	-	2 (preparações)	-

<b>logurte, Manteiga de Leite, Queijo Mussarela e Polpa de fruta</b>			
PRODUTOS	(02 a 04/08)	(07 a 18/08)	21/08 a 01/09
<b>logurte- 200g</b>	-	200g	200g
<b>Manteiga de Leite - 5g</b>	-	-	-
<b>Polpa de fruta - 60g</b>	-	60g	60g
<b>Queijo Mussarela – 5g (prato salgado) e 20g (recheio de pão)</b>	20g	25g	25g





**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

<b>DATA</b>	<b>PANIFICADOS</b>
08/08	Pão de queijo (50g)
15/08	Pão francês 1 unid
17/08	Bolo de cenoura (50g)
22/08	Pão de queijo (50g)
29/08	Pão francês 1 unid
31/08	Bolo de cenoura (50g)

**NOTURNO**

<b>ALIMENTOS BÁSICOS - NOTURNO</b>			
<b>Alimentos</b>	<b>Nº de refeições ao mês</b>	<b>Per capita</b>	<b>Total</b>
<b>Açafrão</b>	8 x 0,3g	0,3g (preparação salgada)	2,4g
<b>Açúcar</b>	2 x 15g	15g (suco e refresco)	30g
<b>Arroz</b>	20 x 80g	80g/50g (baião)	1.600g
<b>Extrato de tomate</b>	7x10g	10g (preparação salgada)	70g
<b>Farinha de mandioca</b>	3 x 15g	15g (farofa) e 5g (tutu)	45g
<b>Feijão</b>	20x25g+2x15g	25g/15g (baião) e 15g (sopa)	530g
<b>Macarrão para sopa</b>	2	20g (sopa)	40g
<b>Macarrão Parafuso (macarronada)</b>	3x60g	60g (macarronada) e 15g (salada)	180g
<b>Óleo</b>	22 x 5g	5ml (preparação salgada)	110g
<b>Sal</b>	22 x 1g	1g (preparação salgada)	22g



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

FRUTAS, VERDURAS, LEGUMES E OVOS						
	Per capita	REFEIÇÕES POR SEMANA				
		1ª semana 02 a 04/08	2ª semana 07 a 11/08	3ª semana 14 a 18/08	4ª semana 21 a 25/08	5ª semana 28/08 a 01/09
<b>Abacaxi</b>	10g (salada salgada) e 100g (refresco natural)	-	-	-	-	-
<b>Abóbora</b>	10g (feijão), 30g (guarnição e sopa) e 40g (caldo)	-	60g (guarnição e sopa)	30g (guarnição)	60g (guarnição e sopa)	30g (guarnição)
<b>Abobrinha</b>	15g (farofa) e 25g (guarnição)	-	25g (guarnição)	-	25g (guarnição)	-
<b>Acerola</b>	50g (refresco natural)	-	-	-	-	-
<b>Alface</b>	20g (salada)	20g (salada)	-	20g (salada)	-	20g (salada)
<b>Alho</b>	1g	2g	5g	5g	5g	5g
<b>Banana</b>	20g (farofa) e 100g (1 unid.)	120g (1 unid. e 1 farofa)	100g (1 unid.)	20g (farofa)	100g (1 unid.)	20g (farofa)
<b>Batata</b>	10g (feijão), 20g (sopa) 25g (guarnição) e 70g (purê e escondidinho),	25g (guarnição)	90g (escondidinho e sopa)	50g (guarnições)	90g (escondidinho e sopa)	50g (guarnições)
<b>Beterraba</b>	25g ( guarnição e salada)	-	25g (salada)	-	25g (salada)	-
<b>Cebola</b>	5g	10g	25g	25g	25g	25g
<b>Genoura</b>	15g ( farofa e risoto), 20g (sopa e arroz a grega) e 25g (guarnição e salada)	-	50g (guarnição e salada)	-	50g (guarnição e salada)	-
<b>Cheiro verde</b>	1g	-	1g	2g	1g	2g
<b>Chuchu</b>	20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	-	-	25g (guarnição)	-	25g (guarnição)
<b>Couve</b>	20g (guarnição e salada)	20g (guarnição)	-	40g (guarnição e salada)	-	40g (guarnição e salada)
<b>Laranja</b>	10g (salada salgada, 200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)	200g (1 unidade)
<b>Maçã</b>	10g (salada salgada) e 100g (1 unidade)	-	10g (salada salgada)	-	10g (salada salgada)	-



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

<b>Mandioca</b>	30g (quibebe) e 70g (escondidinho)	-	-	-	-	-
<b>Maracujá</b>	50g (refresco natural)	-	50g (refresco natural)	-	50g (refresco natural)	-
<b>Mexerica</b>	150g (1 unidade)	-	-	150g (1 unidade)	-	150g (1 unidade)
<b>Milho</b>	50g	-	-	-	-	-
<b>Pepino</b>	25g (salada)	-	-	-	-	-
<b>Repolho</b>	10g (feijão), 20g (sopa) e 25g (guarnição e salada)	-	70g (saladas e sopa)	25g (salada)	70g (saladas e sopa)	25g (salada)
<b>Tomate</b>	15g (molho, recheio e risoto) e 30g (salada)	-	60g (saladas)	60g (saladas)	60g (salada)	60g (salada)
<b>Vagem</b>	20g (arroz a grega) e 25g (guarnição)	-	-	-	-	-
<b>Ovos</b>	1 un (cardápio salgado)	-	-	-	-	-

<b>CARNES</b>						
	<b>Per capita</b>	<b>NÚMERO DE REFEIÇÕES POR SEMANA</b>				
		<b>1ª semana 02 a 04/08</b>	<b>2ª semana 07 a 11/08</b>	<b>3ª semana 14 a 18/08</b>	<b>4ª semana 21 a 25/08</b>	<b>5ª semana 28/08 a 01/09</b>
<b>Carne Bovina</b>	50g (por preparação)	1 (preparação) = 50g	1 (preparação) = 50g	3 (preparações)= 150g	1 (preparação) = 50g	3 (preparações)= 150g
<b>Carne Suína</b>	50g (por preparação)	1 (preparação) = 50g	1 (preparação) = 50g	1 (preparação) = 50g	1 (preparação) = 50g	1 (preparação) = 50g
<b>Filé de Pescado</b>	50g (por preparação)	-	-	-	-	-
<b>Frango - coxa e sobrecoxa</b>	70g (por preparação)	-	1 (preparação) = 70g	1 (preparação) = 70g	1 (preparação) = 70g	1 (preparação) = 70g
<b>Frango – peito</b>	60g (por preparação)	-	2 (preparações) = 120g	-	2 (preparações) = 120g	-



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

Bebida Láctea, Queijo Mussarela, Polpa de fruta e frutas				
PRODUTOS	Per capita	NÚMERO DE REFEIÇÕES POR QUINZENA		
		(02 a 04/08)	(07 a 18/08)	21/08 a 01/09
Polpa de fruta	60g (por preparação)	-	1 (preparação) =60g	1 (preparação) =60g
Queijo mussarela	20g (recheio e macarrão ) e 5g (gratinar)	-	25g (macarronada e escondidinho)	25g (macarronada e escondidinho)

Data	PANIFICADOS
10/08	Pão francês 1/2 unid
24/08	Pão francês 1/2 unid

**SUBSTITUIÇÕES DOS ALIMENTOS CONSTANTES NO CARDÁPIO DAS ESCOLAS DE ATENDIMENTO  
PARCIAL E INTEGRAL**

As substituições serão realizadas somente mediante impossibilidade de cumprimento do cardápio, devendo ser devidamente registradas no Caderno de Consumo Diário com a respectiva justificativa. A quantidade per capita para a substituição deve respeitar a "LISTA DE QUANTIDADE PER CAPITA DOS ALIMENTOS" já estabelecida.

<b>Grupo dos Cereais e Grupo das Raízes e Tubérculos</b>
Arroz, batata doce, batata inglesa, cará, inhame, macarrão, mandioca (assados, cozidos, ensopados ou na forma de purês)

<b>Grupo das Leguminosas</b>
Feijão carioca ( andu, branco, feijão-de-corda, feijão-fava, fradinho, preto, rosinha, verde), ervilha, lentilha, grão de bico, soja



**CARDÁPIO /2023 – MÊS DE AGOSTO- DIURNO E NOTURNO**

<b>Grupo dos Legumes e Verduras</b>	
Abóbora, cenoura	Abobrinha, berinjela, chuchu, couve-flor, maxixe, pepino, rabante, repolho
Beterraba, cenoura, chuchu	Folhosos verde escuro (agrião, almeirão, brócolis, chicória, couve, escarola, espinafre, mostarda, rúcula, taioba), acelga, alface
Batata-baroa, batata doce, batata inglesa, cará, inhame, mandioca	Jiló, quiabo, vagem

<b>Grupo das Frutas</b>
Melão, melancia
Laranja, tangerina, abacaxi, morango, goiaba, acerola, caju manga, caju, kiwi, uva
Banana prata, maçã ou nanica
Maçã, pêra, pêssego
Mamão, manga, ata, caqui, jabuticaba



**PREFEITURA  
DE GOIÂNIA**

<b>Grupo dos Cereais (Biscoitos, Panificados e Quitandas)</b>
---

Bolo, cuscuz, pão de batata, pão de forma, pão de milho, pão francês, pão mandi, rosca, tapioca, biscoito de polvilho
---

Quitandas e outros assados (broa de milho, pão de queijo, quebrador)
--

<b>Grupo do Leite e Queijos</b>
---------------------------------

Leite de vaca, coalhada, iogurtes naturais e queijos
--

<b>Grupo das Carnes e Ovos</b>
--------------------------------

Carne bovina, suína, fígado
-----------------------------

Frango, peixe (filé sem espinha), sardinha, ovo
---

<b>Preparações</b>
--------------------

Quibe assado, farofa de carne picadinha com trigo e farinha de mandioca
---