

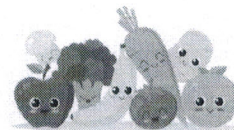


# MUNICÍPIO DE TAGUAÍ

Taguaí: Capital das Confeções.

CNPJ – 46.223.723/0001-50

COZINHA PILOTO



## CARDÁPIO - E. M. Arlindo Bérghamo

Planejamento semanal de refeições

| ABRIL<br>SEMANA 2 | Segunda-feira<br>14/04/25                                                                      | Terça-feira<br>15/04/25                                                                             | Quarta-feira<br>16/04/25                                                                | Quinta-feira<br>17/04/25                                                                       | Sexta-feira<br>18/04/25 |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| CAFÉ DA<br>MANHÃ  | Pão com<br>margarina<br>Leite com<br>achocolatado +<br>cacau 100% (sem<br>adição de açúcar)    | Pão com<br>margarina<br>Leite com<br>achocolatado +<br>cacau 100% (sem<br>adição de açúcar)         | Pão de leite<br>Leite com<br>achocolatado +<br>cacau 100% (sem<br>adição de açúcar)     | Pão com<br>margarina<br>Leite com<br>achocolatado +<br>cacau 100% (sem<br>adição de açúcar)    |                         |
| ALMOÇO            | Arroz + feijão<br>Frango ao molho<br>vermelho com<br>cenoura e<br>abobrinha<br>Salada (Tomate) | Arroz + feijão<br>Carne moída com<br>pimentão<br>colorido, tomate<br>e cenoura<br>Salada (Chicória) | Arroz + feijão<br>Carne de panela<br>com batata,<br>cenoura e tomate<br>Salada (Pepino) | Arroz<br>Feijão preto<br>Virado de Ovos<br>com cenoura e<br>abobrinha<br>Salada<br>(Vinagrete) | FERIADO                 |
| LANCHE            | Bolacha<br>Leite com<br>achocolatado +<br>cacau 100% (sem<br>adição de açúcar)                 | Pipoca salgada<br>Suco polpa de<br>fruta                                                            | Bolo simples<br>Leite com<br>achocolatado +<br>cacau 100% (sem<br>adição de açúcar)     | Pão com Pernil<br>suíno<br>Suco polpa de<br>fruta                                              |                         |
| FRUTA             | Maçã                                                                                           | Melão                                                                                               | Laranja                                                                                 | Banana                                                                                         |                         |
| Energia (Kcal)    | 909,73                                                                                         | 910,48                                                                                              | 933,10                                                                                  | 913,03                                                                                         |                         |
| Carboidrato (g)   | 117,27                                                                                         | 131,78                                                                                              | 129,62                                                                                  | 129,92                                                                                         |                         |
| Proteínas (g)     | 39,24                                                                                          | 40,35                                                                                               | 38,84                                                                                   | 44,54                                                                                          |                         |
| Lipídios (g)      | 31,21                                                                                          | 24,72                                                                                               | 29,54                                                                                   | 23,39                                                                                          |                         |

\* **Proporção de cacau** – 1 pacote de 200g de cacau 100% para 1 pacote de 1,8 kg de achocolatado.

\*\* **Para adoçar o leite e o suco com polpa de fruta** – utilize as frutas mais adocicadas que sobram no dia a dia, como banana e maçã para bater com a polpa e diminuir/evitar o uso do açúcar.

\*\*\* **Pão de leite é para ser ofertado sem margarina.**

### CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

*Saina Balduino*  
**Tatna Franco Balduino**  
NUTRICIONISTA  
CRN-3 85256

Obs: Alterações no cardápio deverão ser comunicadas às nutricionistas responsáveis para autorização.