



MUNICÍPIO DE TAGUAÍ

Taguaí: Capital das Confeções.

CNPJ – 46.223.723/0001-50

COZINHA PILOTO



CARDÁPIO - E. M. Arlindo Bérghamo

Planejamento semanal de refeições

JUNHO SEMANA 3	Segunda-feira 16/06/25	Terça-feira 17/06/25	Quarta-feira 18/06/25	Quinta-feira 19/06/25	Sexta-feira 20/06/25
CAFÉ DA MANHÃ	Pão com margarina Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão com margarina Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão com margarina Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)		
ALMOÇO	Arroz <i>Polenta Queijada</i> (polenta + carne moída ao molho vermelho com tomate e cenoura + muçarela) Salada (Repolho)	Arroz <i>Cuscuz de frango</i> (frango + farinha de milho + milho + cenoura, tomate e cheiro verde) Salada (Couve)	Arroz + feijão <i>Vaca atolada</i> (carne bovina + mandioca + cenoura, tomate e cheiro verde) Salada (Alface)	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
LANCHE	Canjica com amendoim e coco Bolacha salgada	<i>Cachorro quente</i> (salsicha + molho vermelho com cenoura, milho verde e tomate) Suco polpa de fruta	Pipoca Salgada Bolo de coco Suco polpa de fruta		
FRUTA	Banana	Abacaxi	Laranja		
Energia (Kcal)	998,20	1070,16	1078,55		
Carboidrato (g)	153,76	145,79	146,71		
Proteínas (g)	40,26	38,17	40,30		
Lípidios (g)	25,83	38,05	37,68		

* Proporção de cacau – 1 pacote de 500g 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.

Saina Balduino
Tama Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

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