**PREFEITURA MUNICIPAL DE RESTINGA**

**ESTADO DE SÃO PAULO**

**CNPJ: 45.318.581/0001-42**

***Cardápio período parcial(Estado) 11a 15 anos-16 a 18 anos***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | ***Segunda-feira***  ***02/06/2025*** | | ***Terça-feira***  ***03/06/2025*** | | | ***Quarta-feira***  ***04/06/2025*** | | ***Quinta-feira***  ***05/06/2025*** | | | ***Sexta-feira***  ***06/06/2025*** | |
| ***T***  ***A***  ***R***  ***D***  ***E*** |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |
| ***Merenda 1*** | | Arroz  Cuscuz de frango  Salada de alface | | Arroz  Batata c/carne moída  Salada de repolho  Maça | | | Arroz c/frango desfiado + ervilha  feijão  Salada de alface | | Arroz  Mandioquinha salsa c/carne bovina em cubos  Salada de repolho | | | Macarrão parafuso  c/carne moída +molho vermelho  banana | |
|  | | |  | |  | | |  | |  | | |  | |
| ***N***  ***O***  ***I***  ***T***  ***E*** | | ***Merenda 2*** | *Arroz*  *Cuscuz de frango*  *Salada de alface* | | Arroz  Batata c/carne moída  Salada de repolho  maça | | | Arroz c/frango desfiado +ervilha  feijão  Salada de alface | | Arroz  Mandioquinha salsa c/carne bovina em cubos  Salada de repolho | | | Macarrão parafuso  c/carne moída + molho vermelho  banana | |
|  |
| Composição nutricional (média semanal) | | | | | | | | | | | | | | |
| Período /nº de refeições | | | | Energia(Kcal) | | Carboidratos(g)  (55% a 65% do VET) | | | Proteína (g)  (10% a 15% do VET) | | | Lipídeo(g)  (25% a 35% do VET) | | |
| Tarde -1 refeições(mínimo 20% das necessidades nutricionais diárias)  11 a 15 anos | | | | 474 kcal | | 68,1 g | 58% | | 15,2g | | 13,1% | 15g | | 26% |
| Noite – 1 refeição(mínimo 20% das necessidades nutricionais diárias)  16 a 18 anos | | | | 544Kcal | | 78g | 59% | | 15g | | 12% | 16g | | 27% |

\* Este cardápio poderá sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável.

\*\*As frutas e verduras serão fornecidas conforme a safra e entrega dos fornecedores