**PREFEITURA MUNICIPAL DE RESTINGA**

**ESTADO DE SÃO PAULO**

**CNPJ: 45.318.581/0001-42**

***Cardápio período parcial(municipal) 11 a 15 anos***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | ***Segunda-feira***  ***18/08/2025*** | | ***Terça-feira***  ***19/08/2025*** | | | ***Quarta-feira***  ***20/08/2025*** | | ***Quinta-feira***  ***21/08/2025*** | | | ***Sexta-feira***  ***22/08/2025*** | |
| ***M***  ***A***  ***N***  ***H***  ***Ã*** | ***Café da manhã*** | | Leite c/cacau  Bolacha de maisena | | Leite c/cacau  Pão francês c/margarina | | | Leite c/cacau  Pão francês c/margarina | | Leite c/cacau  Pão francês c/margarina | | | Leite c/cacau  Bolacha de maisena | |
| ***Merenda 1*** | | Arroz  Feijão preto c/carne suína  Salada de alface | | Arroz  Strogonoff de frango  Salada de alface e cenoura  Maça | | | Arroz  Almondegas  Salada de beterraba | | Arroz  Feijão  Coxinha de frango  Salada de alface | | | Macarrão parafuso  c/carne moída +molho vermelho  banana | |
|  | | |  | |  | | |  | |  | | |  | |
| ***T***  ***A***  ***R***  ***D***  ***E*** | | ***Merenda 2*** | *Arroz*  *Feijão preto c/carne suína*  *Salada de alface* | | Arroz  Strogonoff de frango  Salada de alface e cenoura  Maçã | | | Arroz  Almondegas  Salada de beterraba | | Arroz  Feijão  Coxinha de frango  Salada de alface | | | 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) | | |
| Manhã- 2 refeições(mínimo 30% das necessidades nutricionais diárias) | | | | 715,14 kcal | | 113 g | 62,75% | | 24,01g | | 12% | 19g | | 24,60% |
| Tarde – 1 refeição(mínimo 20% das necessidades nutricionais diárias) | | | | 474,2 Kcal | | 68,1g | 58,5% | | 13,4g | | 13,0% | 15g | | 26% |

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

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