**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/cacauBolacha de maisena | Leite c/cacauPão francês c/margarina | Leite c/cacauPão francês c/margarina | Leite c/cacauPão francês c/margarina | Leite c/cacauBolacha de maisena |
| ***Merenda 1*** | ArrozFeijão preto c/carne suínaSalada de alface | ArrozStrogonoff de frangoSalada de alface e cenouraMaça | Arroz Almondegas Salada de beterraba | ArrozFeijãoCoxinha de frangoSalada de alface | Macarrão parafusoc/carne moída +molho vermelho banana |
|  |  |  |  |  |  |
| ***T******A******R******D******E*** | ***Merenda 2*** | *Arroz**Feijão preto c/carne suína**Salada de alface* | ArrozStrogonoff de frangoSalada de alface e cenouraMaçã | ArrozAlmondegasSalada de beterraba | ArrozFeijãoCoxinha de frangoSalada de alface | Macarrão parafusoc/carne moída + molho vermelhobanana |
|  |
|  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