**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***  ***04/08/2025*** | | ***Terça-feira***  ***05/08/2025*** | | | ***Quarta-feira***  ***06/08/2025*** | | ***Quinta-feira***  ***07/08/2025*** | | | ***Sexta-feira***  ***08/08/2025*** | |
| ***T***  ***A***  ***R***  ***D***  ***E*** |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |
| ***Merenda 1*** | | **Arroz c/peito de frango em cubos**  **Feijão**  **Salada de alface** | | **Arroz**  **Feijão preto c/carne suína**  **Salada de alface e cenoura**  **Maça** | | | **Arroz**  **Strogonoff de frango**  **Salada de beterraba** | | **Arroz**  **Batata c/carne bovina em cubos**  **Salada de alface** | | | **Macarrão parafuso**  **c/carne moída +molho vermelho**  **banana** | |
|  | | |  | |  | | |  | |  | | |  | |
| ***N***  ***O***  ***I***  ***T***  ***E*** | | ***Merenda 2*** | ***Arroz c/peito de frango em cubos***  ***Feijão***  ***Salada de alface*** | | **Arroz**  **Feijão preto c/carne suína**  **Salada de alface e cenoura**  **maça** | | | **Arroz**  **strogonoff de frango**  **Salada de beterraba** | | **Arroz**  **Batata c/carne bovina em cubos**  **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) | | |
| Tarde -1 refeições(mínimo 20% das necessidades nutricionais diárias)  11 a 15 anos | | | | 474 kcal | | 68 g | 58% | | 15g | | 13% | 15,5g | | 26% |
| Noite – 1 refeição(mínimo 20% das necessidades nutricionais diárias)  16 a 18 anos | | | | 544Kcal | | 78g | 59,8% | | 19g | | 12,6% | 16g | | 27% |

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

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