**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