**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***  ***31/03/2025*** | | ***Terça-feira***  ***01/04/2025*** | | | ***Quarta-feira***  ***02/04/2025*** | | ***Quinta-feira***  ***03/04/2025*** | | | ***Sexta-feira***  ***04/04/2025*** | |
| ***T***  ***A***  ***R***  ***D***  ***E*** |  | |  | |  | | |  | |  | | |  | |
| ***Merenda 1*** | | Arroz  Strogonoff de frango  Salada de alface | | Arroz  Batata c/carne moída  Salada de repolho  Maça | | | Arroz  Feijão  Coxinha de frango  Salada de cenoura e alface | | Arroz  Mandioca c/carne bovina em cubos  Salada de alface | | | Macarrão c/carne moída +molho vermelho  banana | |
|  | | |  | |  | | |  | |  | | |  | |
| ***N***  ***O***  ***I***  ***T***  ***E*** | | ***Merenda 2*** | *Arroz*  *strogonoff*  *Salada de alface* | | Arroz  Batata c/carne moída  Salada de repolho  maça | | | Arroz  Feijão  Coxinha de frango  Salada de cenoura e alface | | Arroz  Mandioca c/carne bovina em cubos  Salada de alface | | | Macarrão 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 | | | | 473,8 kcal | | 68,4 g | 58,3% | | 15g | | 13% | 15,3g | | 25,8% |
| Noite – 1 refeição(mínimo 20% das necessidades nutricionais diárias)  16 a 18 anos | | | | 543,6Kcal | | 78,2g | 59,9% | | 19,2g | | 12,8% | 16g | | 27,2% |

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

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

Cláudia Valéria – CRN3/29244

Nutricionista RT cozinha piloto