



Ementa 2 / 2023

Creche e ATL Os Priolinhos

Almoço																		
Segunda feira	Sopa Geral: Sopa de feijão verde Prato: Peitos de frango estufados com cogumelos, massa espiral tricolor com cenoura ripada Sobremesa: Maçã royal																	
	<table border="1"><thead><tr><th>Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos</th><th>VE (Kcal)</th><th>Lip. (g)</th><th>AG sat. (G)</th><th>HC (G)</th><th>Açúcar (g)</th><th>Prot. (g)</th><th>Fibra (g)</th><th>Sal (Kcal)</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td>464.2</td><td>6.4</td><td>1.4</td><td>62.2</td><td>32.7</td><td>33.1</td><td>12.3</td><td>0.7</td></tr></tbody></table>	Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)		464.2	6.4	1.4	62.2	32.7	33.1	12.3
Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)										
	464.2	6.4	1.4	62.2	32.7	33.1	12.3	0.7										
Terça feira	Sopa Geral: Sopa de feijão vermelho com massa Prato: Abrótea assada com batata-doce e feijão verde Sobremesa: Laranja																	
	<table border="1"><thead><tr><th>Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos</th><th>VE (Kcal)</th><th>Lip. (g)</th><th>AG sat. (G)</th><th>HC (G)</th><th>Açúcar (g)</th><th>Prot. (g)</th><th>Fibra (g)</th><th>Sal (Kcal)</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td>801.9</td><td>16.5</td><td>2.9</td><td>104</td><td>28.0</td><td>48.5</td><td>14.8</td><td>0.8</td></tr></tbody></table>	Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)		801.9	16.5	2.9	104	28.0	48.5	14.8
Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)										
	801.9	16.5	2.9	104	28.0	48.5	14.8	0.8										
Quarta feira	Sopa Geral: Sopa Juliana Prato: Tortilha de ovo e legumes no forno Sobremesa: Banana																	
	<table border="1"><thead><tr><th>Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos</th><th>VE (Kcal)</th><th>Lip. (g)</th><th>AG sat. (G)</th><th>HC (G)</th><th>Açúcar (g)</th><th>Prot. (g)</th><th>Fibra (g)</th><th>Sal (Kcal)</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td>544.2</td><td>15.1</td><td>3.5</td><td>73.3</td><td>38.6</td><td>21.4</td><td>12.1</td><td>0.9</td></tr></tbody></table>	Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)		544.2	15.1	3.5	73.3	38.6	21.4	12.1
Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)										
	544.2	15.1	3.5	73.3	38.6	21.4	12.1	0.9										
Quinta feira	Sopa Geral: Sopa Fervedouro Prato: Carne de vaca estufada à mexicana no forno com puré de batata e cenoura baby Sobremesa: Pera																	
	<table border="1"><thead><tr><th>Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos</th><th>VE (Kcal)</th><th>Lip. (g)</th><th>AG sat. (G)</th><th>HC (G)</th><th>Açúcar (g)</th><th>Prot. (g)</th><th>Fibra (g)</th><th>Sal (Kcal)</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td>677.2</td><td>23.7</td><td>7.0</td><td>72.8</td><td>31.2</td><td>35.2</td><td>12.1</td><td>1.0</td></tr></tbody></table>	Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)		677.2	23.7	7.0	72.8	31.2	35.2	12.1
Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)										
	677.2	23.7	7.0	72.8	31.2	35.2	12.1	1.0										
Sexta feira	Sopa Geral: Creme de tomate Prato: Salada de atum com massa e brócolos assados Sobremesa: Kiwi																	
	<table border="1"><thead><tr><th>Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos</th><th>VE (Kcal)</th><th>Lip. (g)</th><th>AG sat. (G)</th><th>HC (G)</th><th>Açúcar (g)</th><th>Prot. (g)</th><th>Fibra (g)</th><th>Sal (Kcal)</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td>516.2</td><td>18.0</td><td>2.2</td><td>54.7</td><td>24.4</td><td>27.6</td><td>9.2</td><td>1.0</td></tr></tbody></table>	Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)		516.2	18.0	2.2	54.7	24.4	27.6	9.2
Declaração nutricional por refeição (sopa, prato e fruta) >1 - <3 anos	VE (Kcal)	Lip. (g)	AG sat. (G)	HC (G)	Açúcar (g)	Prot. (g)	Fibra (g)	Sal (Kcal)										
	516.2	18.0	2.2	54.7	24.4	27.6	9.2	1.0										

Observações: Ementa destinada a crianças com idade igual ou superior a 12 meses.

Em caso de alergia ou intolerância alimentar informar a educadora de infância e entregar declaração médica.