**Cardápio para 1ª e 3ª semana**

| **Refeição/Dia** | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lanche I**  **Lanche II** | Fruta  Bolo de cenoura  Suco natural | Fruta  Sanduichinho natural | Fruta  Bebida de soja  Bolachas diversas | Fruta  Bolo salgado  Suco natural | Fruta  Torradinhas de frango  Suco natural |

**Substituir o leite de vaca das receitas por leite de coco/soja**

**PROIBIDO LEITE**

**Cardápio para a 2ª e 4ª semana**

| **Refeição/Dia** | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lanche I**  **Lanche II** | Fruta  Bebida de soja/coco  Bolachas sortidas | Fruta  Bolo salgado  Suco natural | Fruta  Sanduichinho natural | Fruta  Torradinha de frango  Suco natural | Fruta  Bolinho de arroz assado |

**Substituir o leite de vaca das receitas por leite de coco/soja**

**PROIBIDO LEITE**

**Cálculo de macro e micronutrientes - turno parcial (4 a 5 anos) - 30% das necessidades diárias**

**Valores de referência: Kcal 405 - Cho 56 a 66 - Ptn 10 a 15 - Lip 11 a 16**

| **Média semanal** |
| --- |
| Kcal: 468  Cho g: 66  Ptn g: 15  Lip g: 16 |

Kcal= calorias; CHO= carboidratos; PTN= proteínas; LIP= lipídeos