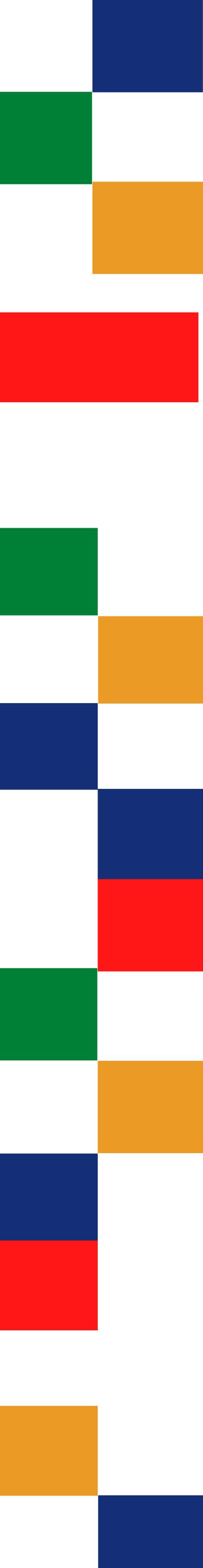




**Índice de Consumo Essencial**

# METODOLOGIA DE CÁLCULO





## ÍNDICE

1. ENQUADRAMENTO E MOTIVAÇÃO.....	2
2. PROPOSTA E OBJETIVO.....	2
3. CONCEITOS FUNDAMENTAIS E ESCOPO DO ICE.....	3
4. ETAPAS DO PROCESSO DE CÁLCULO DO ICE.....	4
5. DEFINIÇÃO DA UNIDADE DE CONSUMO.....	4
6. SELEÇÃO DOS LOCAIS.....	4
7. SELEÇÃO DOS PRODUTOS.....	6
8. RECOLHA DE PREÇOS.....	11
9. ANÁLISE E TRATAMENTO DOS PREÇOS.....	11
10. CÁLCULO DO ICE E DERIVADOS.....	12
11. PUBLICAÇÃO E DISSEMINAÇÃO.....	13
12. REFERÊNCIAS.....	14
ANEXO - EMENTA SEMANAL.....	15



## 1. ENQUADRAMENTO E MOTIVAÇÃO

A ADECO, Associação para Defesa do Consumidor, tem como missão defender os legítimos interesses dos consumidores e promover o empoderamento dos mesmos através da informação e formação aos consumidores, daí resultando em cidadãos mais conscientes e atuantes na defesa dos seus legítimos direitos.

Outrossim, a atuação da ADECO pauta-se pela solidariedade e proteção dos mais desfavorecidos, social e economicamente, dado as características da sociedade cabo-verdeana, marcada por ser muito desigual, de fraco rendimento salarial e com uma franja muito grande de indivíduos pobres e muito pobres. Neste contexto, o seguimento da qualidade dos bens e serviços disponíveis bem como do custo dos mesmos à vida das pessoas torna-se fundamental para guiar uma atuação relevante da ADECO na proteção dos consumidores, principalmente dos indivíduos e famílias mais desfavorecidos.

Relativamente à evolução de preços de bens e serviços, o país dispõe de indicadores estatísticos, como o Índice de Preços do Consumidor (IPC) ou taxas de inflação, no qual a ADECO pode se apoiar para a tomada de posição nas diversas matérias. Contudo, são indicadores que ao comum dos consumidores não desperta muito interesse e atenção e nem expressam de forma objetiva, a real situação do custo de vida dos cidadãos mais desfavorecidos ou vulneráveis.

Assim, faz falta a ADECO uma ferramenta que lhe permita comunicar e informar os consumidores de forma aberta e compreensível sobre matérias que retratem a evolução de preços de bens e serviços mais básicos ao consumidor e cidadão.

## 2. PROPOSTA E OBJETIVO

Neste sentido, a ADECO propõe criar um novo indicador, o Índice de Consumo Especial – ICE – com o propósito de dotar a associação e os consumidores com uma ferramenta que traduza de forma simples o impacto do custo de um agregado de bens e serviços na vida dos consumidores.

O Índice de Preço ao Consumidor (IPC) é dos indicadores mais usados globalmente para medir a evolução, ao longo do tempo, do nível geral de preços dos bens e serviços consumidos pelas famílias no território nacional de um país. O seu principal propósito na atualidade é servir como uma aproximação da inflação geral da economia. Os IPCs podem ter outros usos entre os quais: instrumento de política monetária; balizador de políticas públicas nas mais diversas áreas, sobretudo fiscal, previdenciária e trabalhista; fator de atualização de impostos e taxas, bem como de contratos públicos e privados; indexador de dívidas e créditos. (CONSUMER..., 2004, 2020).

Atualmente, os IPCs são compilados considerando diferentes populações-alvo e possuem uma cobertura mais ampla no tocante às cestas de bens e serviços que os compõem, buscando sempre retratar as características socioeconômicas e a pluralidade territorial de cada país ou região [1].



O IPC define-se como um índice de tipo Laspeyres, isto é, como um indicador da variação dos preços de um agregado de bens e serviços no mercado nacional, assumindo quantidades e qualidade constantes. O indicador corresponde deste modo ao rácio entre o custo de aquisição de um conjunto de itens de qualidade constante e em quantidade fixa em dois momentos diferentes no tempo [2].

A ADECO não tem como pretensão produzir indicadores - com o âmbito e função do IPC - da evolução de preços de bens e serviços. Além disso, entende que a metodologia de cálculo de indicadores semelhantes ao IPC envolve uma certa complexidade e recursos exigentes. No entanto a proposta da ADECO com ICE visa de uma forma simples e clara caracterizar o custo total de um agregado de bens e serviços essenciais e em quantidade e qualidade mínima possível para a sobrevivência de um indivíduo numa base mensal. O Índice têm os seguintes objetivos:

- Determinar o custo total de bens essenciais para um indivíduo adulto e saudável, consumidos numa base mensal e em quantidades mínimas possíveis de garantia de sobrevivência e algum bem-estar mínimo;
- Proporcionar uma análise e ser um indicador da evolução no tempo, de preços de um agregado de alguns bens e serviços mais relevantes;
- Avaliar e comparar o custo de vida de bens e produtos essenciais versus o salário mínimo nacional;

### **3. CONCEITOS FUNDAMENTAIS E ESCOPO DO ICE**

O Índice de Consumo Essencial é construído para medir o custo total de bens e serviços mais essenciais, consumidos por um adulto saudável e numa base temporal mensal. Diferente do IPC, este indicador não procura refletir o perfil provável das famílias mas um padrão de consumo mínimo de sobrevivência de um adulto saudável, todavia dentro do contexto cultural cabo-verdeano. Desta forma, o escopo de produtos e serviços é bem menor que outros indicadores nacionais. Para além disso, a recolha de preços pauta-se pelo preço mais baixo. Tudo isto reflete-se numa menor complexidade no cálculo do índice. Deve-se ressaltar que este indicador tem um forte pendor social na medida em que procura pesar o custo mínimo de sobrevivência face ao salário mínimo nacional, e ao mesmo tempo monitorar a evolução de preços que mais afetam os bens e serviços de primeira necessidade dos cidadãos.

**Tabela 01** - Diferença entre o IPC e ICE

	IPC	ICE
<b>Definição</b>	Mede variação dos preços.	Mede o valor agregado de preços de certos bens e serviços essenciais
<b>Objetivo</b>	Medidor de inflação	Mede o custo mínimo de acesso a bens essenciais. Monitorar a variação do ICE.
<b>Tipo de indicador</b>	Percentual ou relativo	Valor absoluto mensal
<b>Utilização</b>	Medidor de inflação, instrumento de política monetária; balizador de políticas públicas: fiscal, previdenciária e trabalhista; fator de atualização de impostos e taxas, bem como de contratos públicos e privados; indexador de dívidas e créditos; fator de atualização de valores nominais	Pesa o impacto dos preços essenciais no rendimento mínimo nacional; permite calcular a variação temporal de preços.
<b>Produtos e serviços avaliados</b>	Cesta padrão com vários itens	Cesta com um número limitado de itens
<b>Unidade de medida</b>	Agregado familiar	Indivíduo adulto saudável
<b>Método de cálculo</b>	Complexo	Simplificado
<b>Amostragem</b>	Aleatória e/ou intencional	Intencional
<b>Periodicidade</b>	Mensal	Trimestral
<b>Âmbito</b>	Nacional	Local/nacional

## 4. ETAPAS DO PROCESSO DE CÁLCULO DO ICE

O escopo metodológico do ICE percorre as seguintes etapas:

- Definição da base cadastral de produtos, quantidades e locais;
- Coleta recolha de preços;
- Análise de Preços;
- Cômputo do ICE e suas derivações;



Figura 01 - Etapas do processo de cálculo do ICE

## 5. DEFINIÇÃO DA UNIDADE DE CONSUMO

Diferente de outros indicadores, o ICE não centra-se num agregado familiar mas numa “família” unipessoal, numa linha estratégica de simplificar a metodologia e vincar o termo “mínimo”. Em suma, considera-se o consumo de um indivíduo saudável, com necessidades mínimas e restritas a bens e serviços básicos, com qualidade e qualidade o mais baixo possível. Contudo, tem-se a plena consciência que o consumo de um indivíduo não representa as necessidades de um agregado familiar cabo-verdeano. Contudo, se o consumo essencial de um único indivíduo ficar caracterizado, depende-se que o custo de vida de uma família cujo rendimento (de um salário mínimo) e gastos depende de um só dos integrantes, torna-se ainda mais dramático.

## 6. SELEÇÃO DOS LOCAIS

O processo de seleção dos locais de recolha de preços usa uma amostragem intencional e não probabilística. Esta abordagem justifica-se pelo facto de, no caso dos produtos da cesta do ICE, não se dispõe de uma base com nível de informação tão detalhado relacionando os locais de comercialização e os respetivos produtos. Assim, os locais de compra são selecionados com base na percepção do poder dominante de algumas lojas e empresas. Quanto aos serviços, a amostragem também é intencional, pois muitos dos serviços são dominados por uma ou duas empresas. A amostragem intencional é amplamente usada pelo IPC, embora a probabilística é também aplicada [3,4].

A cada unidade cadastrada associam-se as seguintes informações:

- Código do estabelecimento;
- Nome do estabelecimento (no caso de locais de compra, escolas, hospitais etc.);
- Endereço do estabelecimento;
- Contato do estabelecimento (telefone, email, site); e
- Período de pesquisa no mês.

## 7. SELEÇÃO DOS PRODUTOS

Na produção de IPCs, a identificação dos produtos mais adequados busca basear-se nos padrões de consumo da população, com o fim de obter-se um painel de produtos representativos das suas práticas de consumo. O ICE, contrariamente, busca selecionar e determinar um subgrupo de bens e serviços essenciais para o consumo mensal de um adulto saudável. Contudo, deve-se ressaltar que as quantidades dos consumos consideradas levam em certa medida o padrão de consumo local, a realidade local e um nível de consumo mínimo possível em termos de quantidades. Ou seja, o padrão de consumo é de pessoas de muita baixa renda. O objetivo primordial é mostrar o impacto do preço de bens e serviços extremamente básicos (no tipo e na quantidade) no custo de vida de pessoas de baixo rendimento.

Deste modo, foi selecionado os seguintes bens e serviços na composição de uma cesta básica para cômputo do ICE:

- Alimentos;
- Água;
- Eletricidade;
- Gás butano;
- Comunicação;
- Habitação;

De seguida, descreve-se como é computado cada um destes itens na definição do índice.





## Alimentos

As necessidades alimentares constituem do que é mais básico para a sobrevivência de um indivíduo. Para definir os tipos e quantidades de alimentos mínimas recomendáveis elaborou-se uma dieta alimentar com base nas Leis de Escudero, os quais expressam, de forma simples, as orientações para uma dieta que garante crescimento, manutenção e desenvolvimento saudáveis. As quatro leis são as seguintes:

### Lei da Quantidade

- Corresponde ao total de calorias e de nutrientes consumidos. A quantidade de alimentos deve suprir as necessidades do indivíduo. Dessa forma deve-se atentar para excessos e restrições, pois ambas as situações são prejudiciais ao organismo.

### Lei da Qualidade

- Refere-se aos nutrientes necessários ao indivíduo. Uma alimentação completa inclui todos os nutrientes para formação e manutenção do organismo. As refeições devem ser variadas, contemplando todos os grupos de nutrientes para o bom funcionamento do corpo.

### Lei da Harmonia

- É a distribuição e proporcionalidade entre os nutrientes, resultando no equilíbrio. Para que o nosso organismo consiga aproveitar os nutrientes, estes devem se encontrar em proporções adequadas nas refeições, uma vez que as substâncias não agem sozinhas, e sim em conjunto.

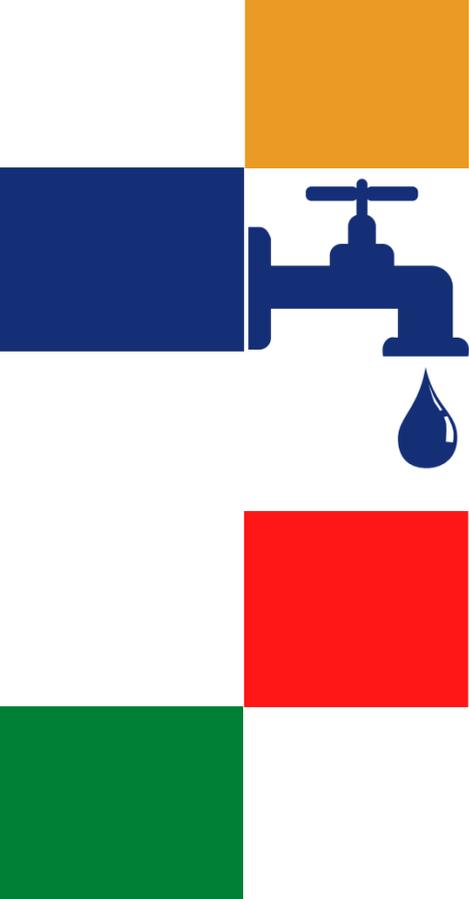
### Lei da Adequação

- A alimentação deve se adequar às necessidades do organismo de cada indivíduo, às especificidades de quem está consumindo. Os ciclos da vida (infância, adolescência, adulto e idoso), o estado fisiológico (gestação, lactação), o estado de saúde (doenças), os hábitos alimentares (deficiência de nutrientes), e as condições socioeconômicas e culturais (acesso aos alimentos) são fatores que devem ser considerados, pois resultam em diferentes necessidades nutricionais.

Estas leis serviram de guia e orientação para definir uma dieta de 2000 kcal, o qual pode ser vista nos anexos deste documento. Esta dieta especifica o uso de 45 produtos para o preparo dos pratos semanais, como se constata na tabela 02:

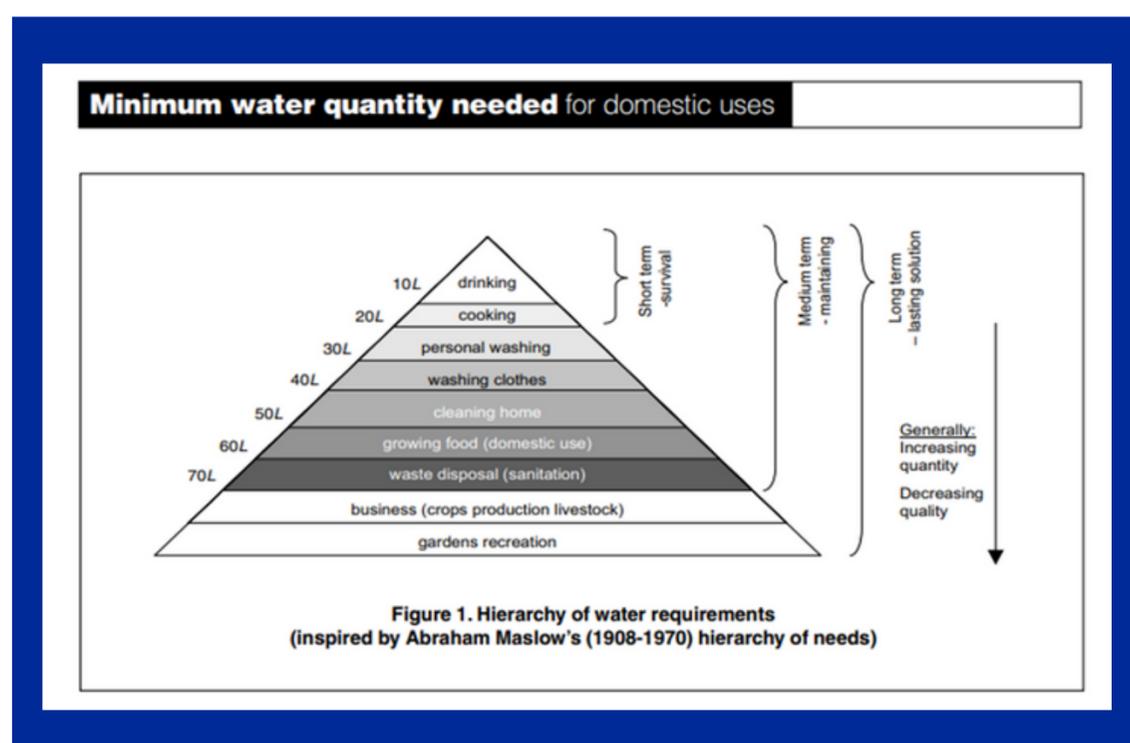
**Tabela 02** - Produtos Alimentares essenciais

Itens	Alimento	Itens	Alimento	Itens	Alimento
1	Pão carcaça	16	Papaia	31	Coentro
2	Bolacha de trigo	17	Laranja	32	Alface
3	logurte caseiro	18	Cenoura	33	Sal grosso
4	Queijo terra	19	Tomate	34	Pimenta
5	Ovo	20	Pimentão	35	Feijão pinto (manteiga)
6	Frango (perna)	21	Batata	36	Mistura de feijões
7	Moela	22	Beterraba	37	Ervilha verde
8	Carne salgado	23	Batata doce	38	Milho
9	Toucinho	24	Inhame	39	Farinha cabecinha
10	Chouriço	25	Mandioca	40	Aveia
11	leite gordo	26	Banana verde	41	Arroz
12	Manteiga	27	Abóbora	42	Esparguete
13	Azeite	28	Cebola	43	Atum lata
14	Banana	29	Alho	44	Cavala
15	Maçã	30	Couve	45	Bedion ou peixe mais barato

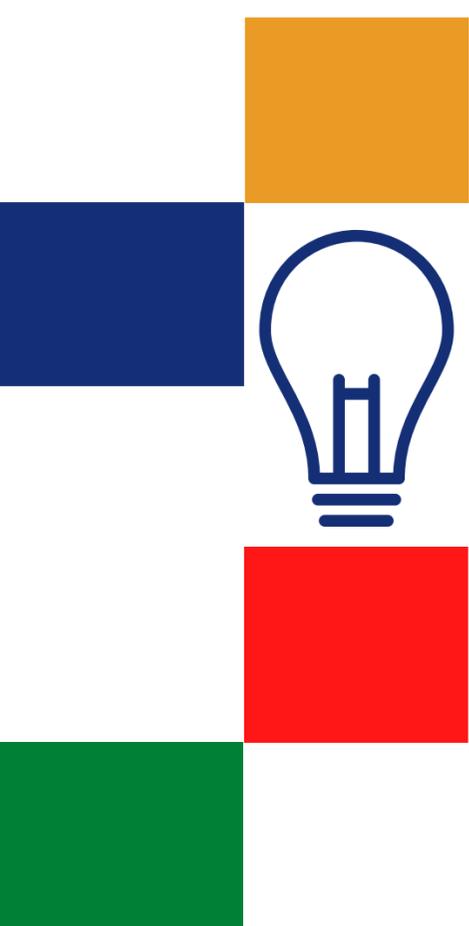


## Água

Em Cabo Verde, e segundo dados da concessionária Pública, o consumo de água per capita é de 62 litros por dia (Fonte: Relatórios Electra, 2019). Se focalizarmos nas pessoas mais pobres, conclui-se que uma pessoa adulta de baixo rendimento consome menos que este valor. A organização mundial da saúde estabelece que 70-100 litros seria um valor mínimo recomendável. Para este índice, assume-se um valor de 70 litros diários como o valor limite aceitável para uma pessoa de baixo rendimento. O custo deste consumo será calculado com base na tarifa praticada localmente por empresas ou instituições que gerem a comercialização da água. Embora muitas pessoas de baixo rendimento recorram a fontanários ou sentinas para aquisição deste bem - muitas vezes mais caro que a água canalizada - assume-se que a água é adquirida por via canalizada.



**Figura 02:** Quantidades mínimas para necessidades básicas de uso doméstico de água  
Fonte: Notas Técnicas para Emergências - Organização Mundial da Saúde [5]



## Eletricidade

Os dados anuais da Electra em 2019 mostra um consumo mensal per capita de 60 kWh de eletricidade. O valor real para uma pessoa de baixo rendimento pode estar mais baixo deste valor. A estrutura tarifária da Electra desagrava a cobrança de certas taxas, como o de Audiovisual, para consumos de eletricidade até 40 kWh/mês. Depreende-se desta resolução que este limite corresponde à definição de um baixo padrão de consumo, tipicamente de um consumidor de fracos rendimentos, o qual deva-se discriminar positivamente. A tarifa social, recentemente introduzida, tem um escalão mais baixo - até os 30 kWh. De notar que o primeiro escalão da tarifa BTN vai até os 60 kWh. Considerando que os eletrodomésticos básicos seriam: um frigorífico, duas lâmpadas, TV/rádio. O consumo estimado é apresentado na tabela seguinte:



**Tabela 03 - Cálculo do consumo mensal de electricidade**

Equipamento	Qtde	Potência	Horas	Wh
Frigorífico	1	80	12	960
Lâmpadas	2	30	5	300
TV/radio	1	50	4	200
<b>TOTAL</b>			kWh/mês	43,8

Assim, assume-se um consumo mensal minimalista de electricidade de 40 kWh.

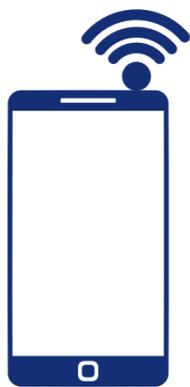


## Gás butano

O gás butano é a fonte energética preferencial dos meios urbanos cabo-verdianos, embora no meio rural 55% recorram à lenha para as necessidades de cozimento. Para este índice assume-se que um indivíduo adulto cozinhe as suas refeições em casa. A principal refeição é o almoço, no qual usará a maior parte do gás para elaboração desta refeição. Para o café e o jantar, o uso será bem menor, pois restringem-se a aquecer coisas rápidas ou refeições já anteriormente preparadas. Assume-se o valor de 3 kg de gás por mês para o uso de uma pessoa nestas condições. É também, a menor unidade vendida no país pelas petrolíferas.

## Comunicação

A comunicação caracteriza-se por serviços de telefonia móvel, basicamente voz e dados/internet, e que hoje se consideram bens essenciais. Em Cabo Verde, a popularização dos telemóveis é real. Segundo os dados do regulador, Cabo Verde tem mais de 300.000 usuários de telemóveis. Pelo custo de aquisição e de utilização, tornou-se um utensílio largamente usado mesmo em pessoas de muita baixa renda. Em Cabo Verde, o mercado das telecomunicações evoluiu muito, onde as tarifas são várias para diversos serviços oferecidos e para diferentes clientes/classes sociais. Novamente, para o cálculo do ICE assume-se um nível de consumo limitado pelo baixo rendimento das pessoas. Perante as opções oferecidas pelas operadoras, na faixa mais barata de pacotes comerciais [6,7], considera-se um gasto médio de 500 ECV para atender à necessidade de comunicação voz/sms e internet, numa base esporádica de carregamentos diários pontuais ao longo do mês e conforme as necessidades.





## Habitação

Cabo Verde apresenta um défice habitacional muito grande. Conjuntamente com a realidade socioeconómica faz com que as pessoas sejam empurradas para soluções de habitação muito difíceis. Este índice assumirá uma tipologia de habitação de uma pessoa saudável como um pequeno T0. Sendo o foco deste índice o minimalismo da classe social mais desfavorecida, considera-se que este T0 seja na verdade um pequeno quarto com uma pequena casa de banho.

## 8. RECOLHA DE PREÇOS

A recolha de preços é feita nos estabelecimentos pré-determinados, na área geográfica a que se circunscreve o índice. Como foi referido anteriormente, usa-se uma amostragem intencional para a seleção dos estabelecimentos de onde se farão a recolha de preços dos produtos alimentares. Para os outros produtos ou serviços tabelados e oficialmente publicados pelas empresas ou entidades reguladoras, será feita simplesmente a recolha dos preços dos mesmos nos documentos oficiais ou plataformas on-line. A recolha de preços será feita no período máximo de uma semana, por pessoal autorizado e treinado para o efeito. O registo é feito em formulário próprio, com a identificação do estabelecimento onde se fez a coleta recolha de preços. Os preços a considerar, obedecerão sempre ao critério do menor preço oferecido para cada item.

## 9. ANÁLISE E TRATAMENTO DOS PREÇOS

Após a recolha dos preços, os mesmos são analisados para detetar qualquer erro na recolha. De seguida é feita uma validação dos valores coletados recolhidos. Após a validação e, no caso dos produtores alimentares, é calculado uma média dos preços de cada item, com os preços recolhidos nos diferentes estabelecimentos.

## 10. CÁLCULO DO ÍNDICE E DERIVADOS

O Índice de Consumo Essencial é calculado como um valor absoluto do custo de aquisição de um cabaz de bens e serviços em quantidades mensais básicas para satisfazer um adulto saudável. A fórmula de cálculo é assim um somatório das quantidades multiplicadas pelo preço unitário de cada bem ou serviço.

$$ICE = \sum_{i=1}^n X_i \cdot q_i \quad (1)$$

Onde,

- $X_i$  - é o preço recolhido do produto  $i$ ;
- $q_i$  - são as quantidades mínimas determinadas para satisfazer a necessidade de um indivíduo adulto numa base mensal.

Os produtos e bens considerados são:

Os bens alimentares definidos na tabela 02 e cujas quantidades são definidas por uma dieta-padrão (ver anexo).

1. Água canalizada em quantidades mensais de 2 m<sup>3</sup>;
2. Eletricidade em quantidades mensais de 40 kWh;
3. Gás butano em quantidades mensais de 3 kg;
4. Custos com comunicação móvel de 500 escudos mensais;
5. Aluguer de um T0/quarto com casa de banho;

### Sub Índice de Consumo Essencial alimentar (ICE<sub>a</sub>)

Com o objetivo de avaliar o custo isolado dos bens alimentares, propõe-se o cálculo de um índice - ICE<sub>a</sub> - que exclui do cálculo os custos com os outros bens para além dos bens alimentares. A fórmula de cálculo tem a mesma estrutura mas excluindo do somatório os outros itens:

$$ICE_a = \sum_{i=1}^{45} X_i \cdot q_i \quad (2)$$

Onde,

- $X_i$  - é o preço recolhido do produto alimentar  $i$ ;
- $q_i$  - são as quantidades mínimas do alimento  $i$ , determinadas para satisfazer a necessidade de um indivíduo adulto numa base mensal.

## Poder de compra do Salário Mínimo Nacional (SMN) ou déficit do SMN

Calcula-se também a capacidade financeira do salário mínimo nacional (SMN) em satisfazer ou atender as necessidades básicas do ICE. O Déficit do SMN, denominado de DSM é um valor percentual calculado como a razão entre a diferença entre o valor do SMN e o ICE e o valor do ICE:

$$DSM_p = \frac{SMN_p - ICE}{ICE} \quad (3)$$

Onde,

- DSM<sub>p</sub> é o déficit do salário mínimo do setor público;
- SMN<sub>p</sub> é o salário mínimo nacional do setor público.

$$DSM_e = \frac{SMN_e - ICE}{ICE} \quad (4)$$

Onde,

- DSM<sub>e</sub> é o déficit do salário mínimo do setor privado;
- SMN<sub>e</sub> é o salário mínimo nacional do setor privado.

## 11. PUBLICAÇÃO E DISSEMINAÇÃO

O ICE e seus derivados serão atualizados numa base trimestral, podendo ser criadas as condições para que o mesmo seja atualizado mensalmente. Um relatório oficial será produzido contendo os dados dos preços dos produtos amostrados, os índices calculados e observações. A publicação será feita nas mesmas bases temporais dos cálculos feitos e disseminadas nos canais de comunicação que dispõe a associação, como site, redes sociais, programas de televisão e rádio, boletim informativo e emails aos associados (as).

## 12. REFERÊNCIAS

1. IBGE (2022, 10 de Julho). IPCA – Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo. Recuperado de <https://ibge.gov.br/estatisticas/economicas/precos-e-custos/9256-indice-nacional-de-precos-ao-consumidor-amplo.html?=&t=notas-tecnicas>.
2. INE (2022). Índice de Preços ao Consumidor. <https://ine.cv/publicacoes/indice-precos-no-consumidor-nacional-janeiro-2021-2/#:~:text=No%20mês%20de%20janeiro%20de%202022%2C%20o%20Índice,%20observada%20no%20mês%20homólogo%20do%20ano%20anterior>.
3. de Oliveira Rosa, R., Casagrande, Y. G., & Spinelli, F. E. (2017). A importância do marketing digital utilizando a influência do comportamento do consumidor. *Revista de tecnologia aplicada*, 6(2).
4. IBGE (2015). Principais Aspectos de Amostragem das Pesquisas Domiciliares do IBGE – Revisão 2015. <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv94403.pdf>. Acessado ao 15 de julho de 22.
5. WHO/SEARO. Technical Notes for Emergencies. Minimum water quantity needed for domestic uses. [https://ec.europa.eu/echo/files/evaluation/watsan2005/annex\\_files/WHO/WHO5%20-%20Minimum%20water%20quantity%20needed%20for%20domestic%20Use.pdf](https://ec.europa.eu/echo/files/evaluation/watsan2005/annex_files/WHO/WHO5%20-%20Minimum%20water%20quantity%20needed%20for%20domestic%20Use.pdf). Acessado ao 15 de Julho de 2022.
6. UNITEL TMAIS. Internet no Telemóvel. <https://www.uniteltmais.cv/index.php/internet-no-telemovel#tarif%C3%A1rio>. Acessado ao 15 de Julho de 2022.
7. CVTELECOM. Pacote promocional “D’Kel Bom”. <http://www.cvmovel.cv/dkel-bom>. Acessado ao 15 de Julho de 2022.

## ANEXO

### Ementa semanal

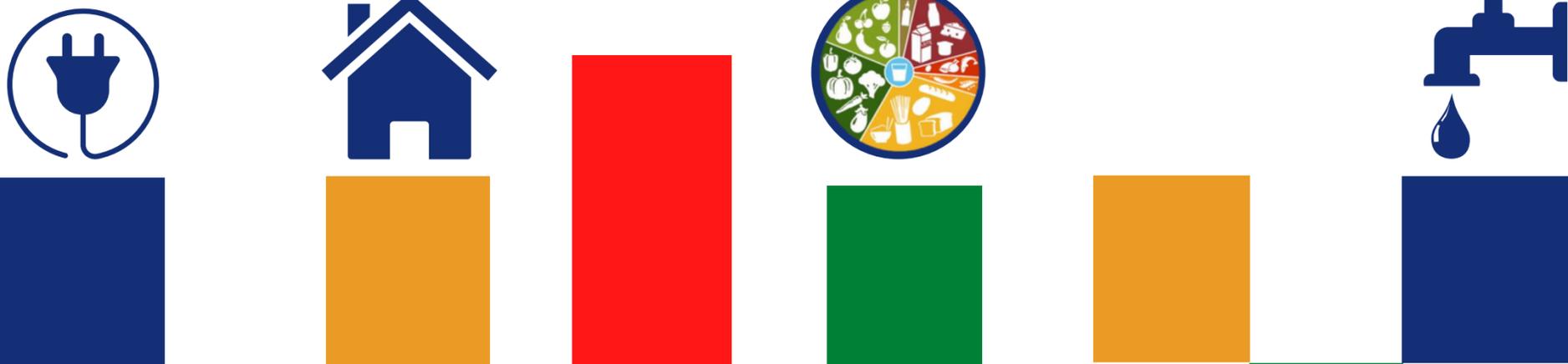
Dia da semana	Tipo	Almoço
2ª FEIRA	P.a	1 copo de leite Meio Gordo + 1 pão c/manteiga + laranja
	Almoço	Feijoada de frango + arroz branco
	Lanche	maçã
	Jantar	Igual ao almoço
3ª FEIRA	P.a	1 iogurte natural +2 colheres de sopa de aveia + banana
	Almoço	Salada de atum + alface e tomate
	Lanche	Papaia
	Jantar	Igual ao almoço
4ª FEIRA	P.a	Papa de cabecinha + banana
	Almoço	Frango assado com arroz de cenoura + beterraba cozida
	Lanche	Laranja
	Jantar	Igual ao almoço
5ª FEIRA	P.a	1 copo de leite Meio Gordo +1 pão c/ovo cozido + maçã
	Almoço	Caldo de peixe (cavala)
	Lanche	Banana
	Jantar	Igual ao almoço
6ª FEIRA	P.a	1 copo de leite Meio Gordo + 1 pão c/ovo cozido + maçã
	Almoço	Esparguete com moela
	Lanche	Laranja
	Jantar	Igual ao almoço
Sábado	P.a	1 copo de leite Meio Gordo + 1 pão c/queijo + maçã
	Almoço	Cachupa
	Lanche	Banana
	Jantar	Igual ao almoço
Domingo	P.a	1 copo de leite Meio Gordo + omelete c/aveia + Papaia
	Almoço	Arroz malandrinho de bedion + cenoura ralada
	Lanche	Laranja
	Jantar	Igual ao almoço

Nota: Preços sujeitos a alterações de acordo com os valores praticados no mercado.



# ADECO

Associação para Defesa do Consumidor



 232 70 33 - 973 32 30

 Associação para Defesa do consumidor

 informacaoadeco@gmail.com

**Sede:** Monte Sossego, São Vicente, Cabo Verde

