CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 06 a 10 de Novembro de 2023

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	06/11/23	**07/11/23**	**08/11/23**	**09/11/23**	**10/11/23**
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta c/ aveia	Suco de fruta Omelete de forno	Leite c/ cacau em pó Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Feculento cozido	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozido Fruta
Lanche	Vitamina de frutas Bolinho de feculento	Mousse de chocolate (cacau em pó, frutas)	Suco de fruta Pão de queijo de forma	Suco de fruta Torta de legumes	Suco de frutas Bolo de fruta
Jantar	Salada de legume com salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Purê de feculento Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, legume, verdura e proteína	Salada de legume vit. A ralada Arroz com feijão Proteína c/ legumes Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (feculento, legume vit. A, verdura e proteína)

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)					
	06/11/23	**07/11/23**	**08/11/23**	**09/11/23**	**10/11/23**
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Omelete de forno	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Vitamina frutas Biscoito
Almoço	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozida	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Feculento cozido	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozida Fruta
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite batido c/ fruta Biscoito	Suco de fruta Pão de queijo de forma	Suco de fruta Biscoito	Suco de frutas Bolo de fruta
Jantar	Salada de legume com salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Purê de feculento Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, legume, verdura) e proteína	Salada de legume vit. A ralada Arroz com feijão Proteína de legumes Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (feculento, legume vit. A, verdura) e proteína

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)					
	06/11/23	**07/11/23**	**08/11/23**	**09/11/23**	**10/11/23**
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta c/ aveia	Suco de fruta	Leite c/ cacau em pó Fruta	Vitamina de frutas Fruta
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Omelete de forno	Leite c/ cacau em pó Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Biscoito
ALMOÇO	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Feculento cozido	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozida Fruta
LANCHE (BII e MI)	Vitamina de fruta Bolinho de feculento	Mousse de chocolate (cacau em pó c/ frutas)	Suco de fruta Pão de queijo de forma	Suco de fruta Torta de legumes	Suco de frutas Bolo de fruta
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor			Suco de fruta Biscoito	
JANTAR	Salada de legume com salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Purê de feculento Fruta	Sopa de legumes (legume vit.A, legume,verdura) e proteína	Salada de legume vit. A ralada Arroz com feijão Proteína c/ legumes Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (feculento, legume vit.A,verdura) e proteína
					CRECHES 1 a 3 anos
					EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	06/11/23	**07/11/23**	**08/11/23**	**09/11/23**	**10/11/23**
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Frapê de fruta Fruta
Almoço	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Feculento cozido	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozido
Lanche	Suco de frutas Pão c/ patê de legume vit. A	Vitamina de fruta Bolo de frutas	Suco de fruta Biscoito	Leite batido c/ fruta Biscoito	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor

EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	06/11/23	**07/11/23**	**08/11/23**	**09/11/23**	**10/11/23**
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Frapê de fruta Fruta
Almoço	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Feculento cozido	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozido

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	06/11/23	**07/11/23**	**08/11/23**	**09/11/23**	**10/11/23**
Jantar	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Feculento cozido	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozida

OBS 1: Cardápio sujeito à alteração de acordo com a disponibilidade de gêneros e safra

OBS 2: Este cardápio poderá ser alterado pelo nutricionista de cada Unidade Escolar, caso haja necessidade.

Responsável Técnica: Sofia Bonna Boschetti Barbosa CRN 3 - 10.903