



## CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 06 a 10 de dezembro de 2021

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL					
	06/12/21	07/12/21	08/12/21	09/12/21	10/12/21
<b>Lanche</b>	Leite c/ fruta e legume Bisnaguinha	Suco de fruta Pão com patê de legume	Vitamina de fruta c/ aveia Bisnaguinha	Leite aquecido Bisnaguinha	Suco de fruta Pão com patê de legume
<b>Almoço</b>	Salada de legume c/ tomate Risoto chinês (legume vit. A, legumes e proteína) Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa c/ legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína em tiras Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz com feijão Proteína Farofa c/ leguminosa Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Polenta Fruta
<b>Lanche</b>	Opção: fruta Leite com aveia e fruta	Vitamina de frutas Bisnaguinha	Suco de frutas Pão com enriquecedor	Suco de fruta Fruta com aveia	Suco de fruta Bolinho de feculento
<b>Jantar</b>	Arroz com feijão Proteína acebolada Verdura refogada Fruta	Creme de legume com legume vit. A e proteína Fruta	Arroz com feijão Proteína Feculento sauté Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína com legumes Fruta	Sopa de feijão preto c/ legumes, feculento, verdura e proteína Fruta

**PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL**

	<b>06/12/21</b>	<b>07/12/21</b>	<b>08/12/21</b>	<b>09/12/21</b>	<b>10/12/21</b>
<b>Lanche</b>	Leite batido com fruta Fruta	Suco de fruta Pão com patê de legume	Leite batido com fruta Fruta	Chá mate Pão com enriquecedor	Vitamina de fruta c/ aveia Biscoito
<b>Almoço</b>	Salada de legume c/ tomate Risoto chinês (legume vit. A, legumes e proteína) Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa c/ legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína em tiras Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz com feijão Proteína Farofa c/ leguminosa Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Polenta Fruta
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Biscoito	Chá mate Cuscuz de proteína	Suco de fruta Pão com patê de legume	Leite batido com fruta Biscoito	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor

**PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

	<b>06/12/21</b>	<b>07/12/21</b>	<b>08/12/21</b>	<b>09/12/21</b>	<b>10/12/21</b>
<b>Lanche</b>	Leite batido com fruta Biscoito	Suco de fruta Pão com patê de legume	Leite batido com fruta Fruta	Chá mate Pão com enriquecedor	Vitamina de fruta c/ aveia Biscoito
<b>Almoço</b>	Salada de legume c/ tomate Risoto chinês (legume vit. A, legumes e proteína) Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa c/ legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína em tiras Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz com feijão Proteína Farofa c/ leguminosa Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Polenta Fruta

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS

	06/12/21	07/12/21	08/12/21	09/12/21	10/12/21
<b>Jantar</b>	Salada de legume c/ tomate Risoto chinês (legume vit. A, legumes e proteína) Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa c/ legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína em tiras Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz com feijão Proteína Farofa c/ leguminosa Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Polenta Fruta

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.