



**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 15 a 19 de agosto de 2022**

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (0 a 3 anos)					
	15/08/22	16/08/22	17/08/22	18/08/22	19/08/22
<b>Lanche</b>	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta
<b>Almoço</b>	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A e leguminosa Fruta	Salada de legume vit. A Risoto de proteína com legumes Verdura refogada Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína acebolada Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ legume Fruta
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Doce de banana	Suco de frutas Pão de leite em pó	Salada de frutas	Suco de frutas Torta de legumes	Salada de frutas
<b>Jantar</b>	Arroz com feijão Proteína Legume cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Proteína c/ legume Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Verdura refogada Fruta	Caldo Verde (proteína, feculento e verdura) Fruta

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)					
	15/08/22	16/08/22	17/08/22	18/08/22	19/08/22
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de mamão Biscoito	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta
<b>Almoço</b>	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A e leguminosa Fruta	Salada de legume vit. A Risoto de proteína com legumes Verdura refogada	Salada de legume Arroz com feijão Proteína acebolada Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ legume cozido
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Doce de banana	Suco de frutas Pão de leite em pó	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de frutas Biscoito	Salada de frutas
<b>Jantar</b>	Arroz com feijão Proteína Legume cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Proteína c/ legume Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Verdura refogada Fruta	Caldo Verde (proteína, feculento e verdura) Fruta

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	15/08/22	16/08/22	17/08/22	18/08/22	19/08/22
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Biscoito	Arroz doce	Vitamina de frutas Biscoito	Leite batido com fruta Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Almoço</b>	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A e leguminosa Fruta	Salada de legume vit. A Risoto de proteína com legumes Verdura refogada	Salada de legume Arroz com feijão Proteína acebolada Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Proteína Feculento cozido	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ legume Fruta
<b>Lanche</b>	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolinho individual	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor	Salada de frutas



PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	15/08/22	16/08/22	17/08/22	18/08/22	19/08/22
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Biscoito	Arroz doce	Vitamina de frutas Biscoito	Leite batido com fruta Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Almoço</b>	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A e leguminosa Fruta	Salada de legume vit. A Risoto de proteína com legumes Verdura refogada	Salada de legume Arroz com feijão Proteína acebolada Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Proteína Feculento cozido	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ legume Fruta

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	15/08/22	16/08/22	17/08/22	18/08/22	19/08/22
<b>Jantar</b>	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A e leguminosa Fruta	Salada de legume vit. A Risoto de proteína com legumes Verdura refogada	Salada de legume Arroz com feijão Proteína acebolada Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Proteína Feculento cozido	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ legume 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.