



## CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

### CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 21 a 25 de fevereiro de 2022

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (0 a 3 anos) - PERÍODO DE ADAPTAÇÃO					
	21/02/2022*	22/02/2022*	23/02/2022*	24/02/2022*	25/02/2022*
<b>Lanche</b>	Leite aquecido Bisnaguinha + Fruta	Leite c/ fruta e legume vit. A Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Bisnaguinha c/ enriquecedor
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz com feijão Proteína c/ feculento e temperos Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A refogado Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa Fruta	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína c/ Feculento cozido Fruta
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Bolinho de legumes	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Bisnaguinha	Leite aquecido Cookies de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta de legumes

PERÍODO INTEGRAL - EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos) - PERÍODO DE ADAPTAÇÃO					
	21/02/2022*	22/02/2022*	23/02/2022*	24/02/2022*	25/02/2022*
<b>Lanche</b>	Leite c/ chocolate Bisnaguinha + Fruta	Leite c/ fruta e legume vit. A Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Bisnaguinha c/ enriquecedor
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz com feijão Proteína c/ feculento e temperos Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A refogado Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa Fruta	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína c/ Feculento cozido Fruta
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Bolinho de legumes	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Bisnaguinha	Leite aquecido Cookies de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta de legumes

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL					
	21/02/2022*	22/02/2022*	23/02/2022*	24/02/2022*	25/02/2022*
<b>Lanche</b>	Leite c/ chocolate Bisnaguinha + Fruta	Leite c/ fruta e legume vit. A Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Bisnaguinha c/ enriq.
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz com feijão Proteína c/ feculento e temperos Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A refogado Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa Fruta	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína c/ Feculento cozido Fruta
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b> 963,05 kcal	<b>CARBOIDRATO</b> 154,11g	<b>PROTEÍNAS</b> 41,09g	<b>LIPÍDEOS</b> 20,25g	

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	21/02/22	22/02/22	23/02/22	24/02/22	25/02/22
<b>Lanche</b>	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Leite batido com fruta Fruta	Chá mate Pão c/ patê de legume vit. A	Vitamina de frutas Fruta	Leite batido com fruta Biscoito
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz com feijão Proteína c/ feculento e temperos Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A refogado Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa Fruta	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína c/ Feculento cozido Fruta
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Biscoito	Suco de fruta Pão com enriquecedor	Mingau de aveia Fruta	Suco de fruta Pão com proteína	Chá mate Pão com enriquecedor
<b>INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b> 1219,94 kcal	<b>CARBOIDRATO</b> 198,47g	<b>PROTEÍNAS</b> 47,79g	<b>LIPÍDEOS</b> 26,10g	

PERÍODO PARCIAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	21/02/22	22/02/22	23/02/22	24/02/22	25/02/22
<b>Lanche</b>	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Leite batido com fruta Fruta	Chá mate Pão c/ patê de legume vit. A	Vitamina de frutas Fruta	Leite batido com fruta Biscoito
<b>Almoço</b>	Salada de verdura Arroz com feijão Proteína c/ feculento e temperos Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A refogado Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa Fruta	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína c/ Feculento cozido Fruta

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	<b>VALOR CALÓRICO</b> 963,05 kcal	<b>CARBOIDRATO</b> 154,11g	<b>PROTEÍNAS</b> 41,09g	<b>LIPÍDEOS</b> 20,25g
--	--------------------------------------	-------------------------------	----------------------------	---------------------------

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	21/02/22	22/02/22	23/02/22	24/02/22	25/02/22
<b>Jantar</b>	Salada de verdura Arroz com feijão Proteína c/ feculento e temperos Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A refogado Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão preto Proteína Farofa Fruta	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína c/ Feculento cozido 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.

\*Em necessidade de atendimento ao horário pedagógico, descrito no art. 4º da Portaria nº7/2022-SEDUC, de 02 de fevereiro de 2022.