



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*
Lanche	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
Almoço	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
Lanche	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*
Lanche	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
Almoço	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
Lanche	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*
Lanche	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.
Almoço	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)	VALOR CALÓRICO 963,05 kcal	CARBOIDRATO 154,11g	PROTEÍNAS 41,09g	LIPÍDEOS 20,25g	

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	21/02/22	22/02/22	23/02/22	24/02/22	25/02/22
Lanche	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
Almoço	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
Lanche	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
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	VALOR CALÓRICO 1219,94 kcal	CARBOIDRATO 198,47g	PROTEÍNAS 47,79g	LIPÍDEOS 26,10g	

PERÍODO PARCIAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	21/02/22	22/02/22	23/02/22	24/02/22	25/02/22
Lanche	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
Almoço	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)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS
	963,05 kcal	154,11g	41,09g	20,25g

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	21/02/22	22/02/22	23/02/22	24/02/22	25/02/22
Jantar	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.