



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 22 a 26 de agosto de 2022

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (0 a 3 anos)					
	22/08/22	23/08/22	24/08/22	25/08/22	26/08/22
Lanche	Leite aquecido Fruta	Suco de fruta Omelete de forno	Suco de fruta Fruta com leite em pó	Leite batido c/ fruta Fruta	Suco de frutas Torta de legumes
Almoço	Arroz com feijão Proteína c/ legumes e temperos Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ leguminosa Proteína c/ tomate Verdura refogada Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ Feculento Fruta	Salada de legume Risoto de frango em tiras com legume vit. A e Fruta
Lanche	Suco de fruta Pão de leite em pó	Vitamina de frutas Fruta	Salada de frutas	Suco de fruta Creme de fruta c/ leite em pó	Salada de frutas
Jantar	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Sopa de proteína com macarrão e legume vit. A Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de legume Fruta	Sopa de feijão com legumes (legume vit. A e verdura) macarrão e proteína Fruta

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)					
	22/08/22	23/08/22	24/08/22	25/08/22	26/08/22
Lanche	Leite aquecido Fruta	Suco de fruta Biscoito	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite batido c/ fruta Fruta	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor
Almoço	Arroz com feijão Proteína c/ legumes e temperos Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ leguminosa Proteína c/ tomate Verdura refogada	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ Feculento Fruta	Salada de legume Risoto de frango em tiras com legume vit. A e Fruta
Lanche	Suco de fruta Pão de leite em pó	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Biscoito	Salada de frutas
Jantar	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Sopa de proteína com macarrão e legume vit. A Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de legume	Sopa de feijão com legumes (legume vit. A e verdura) macarrão e proteína Fruta

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	22/08/22	23/08/22	24/08/22	25/08/22	26/08/22
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Biscoito	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Arroz com feijão Proteína c/ legumes e temperos Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ leguminosa Proteína c/ tomate Verdura refogada	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ Feculento	Salada de legume Risoto de frango em tiras com legume vit. A e legume Fruta
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Torta de legumes	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pipoca

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	22/08/22	23/08/22	24/08/22	25/08/22	26/08/22
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Biscoito	Suco de fruta Pipoca	Vitamina de frutas Fruta	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Arroz com feijão Proteína c/ legumes e temperos Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ leguminosa Proteína c/ tomate Verdura refogada	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ Feculento	Salada de legume Risoto de frango em tiras com legume vit. A e legume Fruta

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	22/08/22	23/08/22	24/08/22	25/08/22	26/08/22
Jantar	Arroz com feijão Proteína c/ legumes e temperos Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ leguminosa Proteína c/ tomate Verdura refogada	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume Arroz com feijão Proteína c/ Feculento	Salada de legume Risoto de frango em tiras com legume vit. A e 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.