



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 24 a 28 de outubro 2022

| PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (0 a 3 anos) | | | | | |
|---|--|---|---|--|-----------------|
| | 24/10/22 | 25/10/22 | 26/10/22 | 27/10/22 | 28/10/22 |
| Lanche | Salada de frutas com leite em pó | Suco de frutas Omelete de forno | Suco de fruta Fruta com leite em pó | Leite batido c/ fruta Fruta | DIA DO SERVIDOR |
| Almoço | Arroz com feijão Proteína c/ tomate e feculento Fruta | Salada de legume vit. A Arroz c/ legume vit. A Proteína com tomate Feculento cozido Fruta | Salada de verdura c/ tomate Arroz Frango moído c/ legumes à Julienne (feculento, legume, legume vit. A) Fruta | Salada de legume vit. A Arroz à grega Proteína c/ verdura refogada Fruta | DIA DO SERVIDOR |
| Lanche | Suco de fruta Bolo de leite em pó | Vitamina de frutas Fruta | Vitamina de fruta Pão de leite em pó | Suco de fruta Creme de fruta (leite em pó) | DIA DO SERVIDOR |
| Jantar | Arroz c/ leguminosa Proteína acebolada Legume vit. A cozido Fruta | Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) c/ proteína Fruta | Salada de legume Arroz Proteína c/ purê de feculento Fruta | Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Quibebe de legume vit. A Fruta | DIA DO SERVIDOR |

| PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos) | | | | | |
|---|--|---|---|--|-----------------|
| | 24/10/22 | 25/10/22 | 26/10/22 | 27/10/22 | 28/10/22 |
| Lanche | Vitamina de frutas Biscoito | Suco de frutas Omelete de forno | Suco de fruta Pão c/ enriquecedor | Leite batido c/ fruta Fruta | DIA DO SERVIDOR |
| Almoço | Arroz com feijão Proteína c/ tomate e feculento Fruta | Salada de legume vit. A Arroz c/ legume vit. A Proteína com tomate Feculento cozido Fruta | Salada de verdura c/ tomate Arroz Frango moído c/ legumes à Julienne (feculento, legume, legume vit. A) Fruta | Salada de legume vit. A Arroz à grega Proteína c/ verdura refogada Fruta | DIA DO SERVIDOR |
| Lanche | Suco de fruta Pão c/ enriquecedor | Vitamina de frutas Biscoito | Vitamina de fruta Pão de leite em pó | Suco de fruta Pão c/ proteína | DIA DO SERVIDOR |
| Jantar | Arroz c/ leguminosa Proteína acebolada Legume vit. A cozido Fruta | Sopa de legumes (legume vit. A, teculento, verdura) c/ proteína Fruta | Salada de legume Arroz Proteína c/ purê de feculento Fruta | Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Quibebe de legume vit. A Fruta | DIA DO SERVIDOR |
| PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL | | | | | |
| | 24/10/22 | 25/10/22 | 26/10/22 | 27/10/22 | 28/10/22 |
| Lanche | Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor | Suco de fruta Biscoito | Suco de fruta Biscoito | Vitamina de frutas Fruta | DIA DO SERVIDOR |
| Almoço | Arroz com feijão Proteína c/ tomate e feculento Fruta | Salada de legume vit. A Arroz c/ legume vit. A Proteína com tomate Feculento cozido | Salada de verdura c/ tomate Arroz Frango moído c/ legumes à Julienne (feculento, legume, legume vit. A) Fruta | Salada de legume vit. A Arroz à grega Proteína c/ verdura refogada | DIA DO SERVIDOR |
| Lanche | Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor | Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor | Suco de frutas Pão c/ proteína | Suco de fruta Pão c/ enriquecedor | DIA DO SERVIDOR |

| PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL | | | | | |
|--|--|--|---|---|-----------------|
| | 24/10/22 | 25/10/22 | 26/10/22 | 27/10/22 | 28/10/22 |
| Lanche | Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor | Suco de fruta Biscoito | Suco de fruta Biscoito | Vitamina de frutas Fruta | DIA DO SERVIDOR |
| Almoço | Arroz com feijão Proteína c/ tomate e feculento Fruta | Salada de legume vit. A Arroz c/ legume vit. A Proteína com tomate Feculento cozido | Salada de verdura c/ tomate Arroz Frango moído c/ legumes à Julienne (feculento, legume, legume vit. A) Fruta | Salada de legume vit. A Arroz à grega Proteína c/ verdura refogada | DIA DO SERVIDOR |
| PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS | | | | | |
| | 24/10/22 | 25/10/22 | 26/10/22 | 27/10/22 | 28/10/22 |
| Jantar | Arroz com feijão Proteína c/ tomate e feculento Fruta | Salada de legume vit. A Arroz c/ legume vit. A Proteína com tomate Feculento cozido | Salada de verdura c/ tomate Arroz Frango moído c/ legumes à Julienne (feculento, legume, legume vit. A) Fruta | Salada de legume vit. A Arroz à grega Proteína c/ verdura refogada | DIA DO SERVIDOR |

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.