



## CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 29 de novembro a 03 de dezembro de 2021**

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL					
	29/11/21	30/11/21	01/12/21	02/12/21	03/12/21
<b>Lanche</b>	Leite aquecido Bisnaguinha + Fruta	Leite c/ fruta e legume Bisnaguinha	Vitamina de fruta c/ aveia Bisnaguinha	Suco de frutas Pão com proteína	Leite aquecido Pão com patê de legume
<b>Almoço</b>	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína com Legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína em tiras Feculento cozido Fruta	Sal. de legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína com Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Farofa de verdura Fruta
<b>Lanche</b>	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolinho de legumes	Suco de fruta c/ legume Pão com enriquecedor	Suco de fruta Cuzcuz de legumes	Salada de frutas
<b>Jantar</b>	Arroz com feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Sopa de feijão c/ legume (leg., feculento e verdura) e proteína Fruta	Sal. de legumes e leguminosa Arroz com feijão Proteína acebolada Fruta	Sopa de feijão com legumes (leg., feculento e verdura) e proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz com feijão Polenta Proteína em iscas Fruta

**PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL**

	29/11/21	30/11/21	01/12/21	02/12/21	03/12/21
<b>Lanche</b>	Leite batido com fruta Biscoito	Suco de fruta Bisnaguinha	Vitamina de fruta c/ aveia Bisnaguinha	Suco de fruta Pão com proteína	Chá mate Bolinho individual
<b>Almoço</b>	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína com Legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína em tiras Feculento cozido Fruta	Sal. de legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína com Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Farofa de verdura Fruta
<b>Lanche</b>	Chá mate Bolo salgado (patê de proteína, legume, cobertura)	Leite aquecido Pão com enriquecedor	Fruta Leite com aveia	Suco de fruta Cuscuz de legumes	Salada de frutas

**PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

	29/11/21	30/11/21	01/12/21	02/12/21	03/12/21
<b>Lanche</b>	Leite batido com fruta Biscoito	Suco de fruta Bisnaguinha	Vitamina de fruta c/ aveia Bisnaguinha	Suco de fruta Pão com proteína	Chá mate Bolinho individual
<b>Almoço</b>	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína com Legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína em tiras Feculento cozido Fruta	Sal. de legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína com Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Farofa de verdura

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS

	29/11/21	30/11/21	01/12/21	02/12/21	03/12/21
<b>Jantar</b>	Salada de legumes Arroz com feijão Proteína com Legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz com feijão preto Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz com feijão Proteína em tiras Feculento cozido Fruta	Sal. de legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína com Fruta	Salada de tomate Arroz com feijão Proteína Farofa de verdura

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.