



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 11 a 15 de Dezembro de 2023

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	11/12/23	12/12/23	13/12/23	14/12/23	15/12/23
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Suco de fruta Omelete de forno	Leite c/ cacau em pó Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Macarrão c/ molho de tomate Proteína c/ milho Fruta
Lanche	Vitamina de fruta Bolo de frutas	Leite c/ cacau em pó Cookie de fruta c/ aveia	Suco de frutas Bolo de fruta	Suco de fruta Torta de legumes	Salada de frutas
Jantar	Salada de legume com salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Legume cozido Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A e legumes) e proteína	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (legume e legume vit. A) e proteína

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	11/12/23	12/12/23	13/12/23	14/12/23	15/12/23
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de fruta Biscoito	Suco de fruta Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito	Vitamina de frutas Biscoito
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Macarrão c/ molho de tomate Proteína c/ milho Fruta
Lanche	Vitamina de fruta Bolo de frutas	Leite batido c/ fruta Torta de legumes	Suco de frutas Bolo de fruta	Suco de fruta Biscoito	Suco de fruta Biscoito
Jantar	Salada de legume com salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Legume cozido Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A e legumes) e proteína	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (legume e legume vit. A) e proteína

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)					
	11/12/23	12/12/23	13/12/23	14/12/23	15/12/23
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Suco de fruta Omelete de forno	Leite c/ cacau em pó Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Lanche (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de fruta Biscoito	Suco de fruta Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito	Vitamina de frutas Biscoito
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Macarrão c/ molho de tomate Proteína c/ milho Fruta
Lanche (BII e MI)	Vitamina de frutas Bolo de frutas	Leite c/ cacau em pó Cookie de fruta c/ aveia	Suco de frutas Bolo de fruta	Suco de fruta Torta de legumes	Salada de frutas
Lanche (MII, JD, PRÉ)		Leite batido c/ chocolate Biscoito			Suco de fruta Biscoito
Jantar	Salada de legume com salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína c/ molho de tomate Legume cozido Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A e legumes) e proteína	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (legume e legume vit. A) e proteína
					CRECHES 1 a 3 anos EME/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	11/12/23	12/12/23	13/12/23	14/12/23	15/12/23
Lanche	Vitamina de fruta Biscoito	Vitamina de fruta Fruta	Leite batido c/ fruta Biscoito	Suco de fruta Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Macarrão c/ molho de tomate Proteína c/ milho
Lanche	Suco de frutas Torta de legumes	Vitamina de fruta Bolo de frutas	Salada de frutas Biscoito	Frapê de fruta Biscoito	Suco de fruta Biscoito
					EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	11/12/23	12/12/23	13/12/23	14/12/23	15/12/23
Lanche	Vitamina de fruta Biscoito	Vitamina de fruta Fruta	Leite batido c/ fruta Biscoito	Suco de fruta Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Macarrão c/ molho de tomate Proteína c/ milho
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	11/12/23	12/12/23	13/12/23	14/12/23	15/12/23
Jantar	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão preto Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Macarrão c/ molho de tomate Proteína c/ milho

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.

Responsável Técnica: Sofia Bonna Boschetti Barbosa CRN 3 - 10.903