



CARDÁPIO FUNDAMENTAL - PARCIAL

SETEMBRO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			1	2	3
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE			Suco de Polpa Biscoito Rosquinha	Leite Batido com Fruta (Mamão e Banana) Fruta - Melão	Leite Batido com Polpa Pão com Manteiga
PRINCIPAL			Arroz Feijão Carne em Cubos com Legume (Batata Doce) Salada de Acelga com cenoura	Arroz Nhoque com Frango Desfiado ao molho Legume Refogado (Brócolis) Fruta - Laranja	Arroz Feijão Carne Moída com Legume (Milho e Ervilha) Salada de Alface, Tomate e Cenoura
KCAL TOTAL			485	475	535
	6	7	8	9	10
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	PRÁTICA PEDAGÓGICA	FERIADO	Chá Pão com manteiga	Leite Batido com Fruta (Banana + Mamão)	Leite com Achatolado Biscoito Amanteigado
PRINCIPAL	PRÁTICA PEDAGÓGICA	FERIADO	Arroz Polenta com Molho de Carne Moída Legume Refogado (Couve-Flor) Fruta - Melão	Arroz Feijão Frango Refogado Legumes Refogados (Chuchu/Cenoura) Salada Alface com Tomate	Macarrão Festivo Salada (Alface e Pepino) Fruta - Laranja
KCAL TOTAL			622	404	456
	13	14	15	16	17
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	Leite Batido com Polpa Biscoito Rosquinha	Suco de Polpa Pão com Manteiga	Leite com Achatolado Fruta - Banana	Chá Biscoito Maisena	Leite Batido com Fruta (Abacate)
PRINCIPAL	Arroz Omelete de forno com queijo Legume Refogado (Batata) Salada de Repolho com Cenoura Fruta - Laranja	Arroz Feijão Carne de Panela Legume Refogado (Abobrinha) Fruta - Maçã	Arroz Feijão Frango (Sobrec.) ao Molho com Legume (Cenoura) Salada de Acelga	Arroz Nhoque com Molho de Carne Moída Salada de Beterraba Fruta - Maçã	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Brocolis) Salada (Couve-Manteiga) Fruta - Banana
KCAL TOTAL	636	490	479	480	537
	20	21	22	23	24
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	Suco de Polpa Pão com Manteiga	Leite com Flocos Fruta - Mamão	Leite com Achatolado Biscoito Cream Cracker	Leite Batido com Polpa Fruta - Maçã	Chá Pão com Requeijão
PRINCIPAL	Arroz Feijão Carne em Tiras com Legume (Cenoura) Brócolis refogado Fruta - Laranja	Macarrão com Frango Desfiado Legume Refogado (Vagem/Chuchu) Salada de Alface	Arroz Tiras acebolada Legume Sauté (Batata) Fruta - Mamão	Risoto de Frango Legume Refogado(Cenoura/Vagem) Salada de Pepino	Arroz Feijão Carne Moída Refogada Legume Refogado (Chuchu) Salada de Tomate
KCAL TOTAL	497	502	554	433	417
	27	28	29	30	
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	Chá Pão com Requeijão	Leite com Achatolado Biscoito Cream Cracker	Chá Pão com Queijo	Bebida Láctea Fruta - Mamão	
PRINCIPAL	Arroz Feijão Ovo Mexido com Legume (Cenoura) Salada de Alface	Macarrão à Bolonhesa Salada de Legume (Beterraba) Fruta - Laranja	Arroz Feijão Carne em Tiras Refogada Fruta - Maçã	Arroz Estrogonoff de Frango Legume Sauté (Batata Doce) Salada de Tomate	
KCAL TOTAL	442	528	478	486	

HORÁRIO DO SERVIÇO

DESJEJUM	15' antes das atividades pedagógicas
PRINCIPAL MANHÃ	2h após o início das atividades pedagógicas
LANCHE DA TARDE	15' antes das atividades pedagógicas
PRINCIPAL TARDE	2h após o início das atividades pedagógicas

Mirza A. Nakamura Kawahara
Mirza A. Nakamura Kawahara
Nutricionista CRN-8/1212

Beatriz Lourenço Nunes
Beatriz Lourenço Nunes
Nutricionista CRN-8/231

Renata Perucelo Romero
Renata Perucelo Romero
Nutricionista CRN-8/2451

Fábia Alfrada Gonçalves de Campos
Fábia Alfrada Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar