



CARDÁPIO FUNDAMENTAL - PARCIAL

OUTUBRO / 2021

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE					1
PRINCIPAL					VITAMINA DE FRUTA (BANANA + MAÇA) ARROZ FEIJÃO FRANGO COM BROCOLIS SALADA PEPINO COM TOMATE
KCAL TOTAL					397
	4	5	6	7	8
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	SUCO DE POLPA PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	LEITE GELADO COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRAKER	LEITE BATIDO COM POLPA FRUTA - BANANA	BEBIDA LÁCTEA	CHÁ PÃO DE FORMA COM MANTEIGA
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO OMELETE COM LEGUMES FRUTA - MELÃO	ARROZ FEIJÃO FRICASSÊ DE FRANGO LEGUMES REFOGADOS (CENOURA/CHUCHU) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA REPOLHO COM TOMATE FRUTA - LARANJA	ARROZ NHOQUE COM FRANGO E LEGUMES FRUTA - BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALFACE COM TOMATE FRUTA - LARANJA
KCAL TOTAL	433	640	551	381	520
	11	12	13	14	15
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	SUCO DE POLPA PÃO DE QUEIJO	LEITE COM ACHOCOLATADO PIPOCA	CHÁ GELADO BOLO DE CENOURA
PRINCIPAL	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	ARROZ FEIJÃO CARNE DESFIADA BATATA SAUTÉ GELADINHO DE FRUTA	MACARRÃO A BOLONHESA SALADA DE BETERRABA GELATINA COLORIDA	CACHORRO QUENTE SUCO DE POLPA SALADA DE FRUTA
KCAL TOTAL	0	0	488	522	461
	18	19	20	21	22
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	VITAMINA DE FRUTA (BANANA + MAÇÃ)	LEITE BATIDO COM POLPA MELÃO	FLOCOS COM LEITE	CHÁ GELADO PÃO COM REQUEIJÃO	SUCO DE POLPA BISCOITO MAISENA
PRINCIPAL	ARROZ FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM MOLHO FAROFA COM LEGUMES FRUTA - LARANJA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUME (BATATA DOCE) SALADA DE REPOLHO COM CENOURA	ARROZ POLENTA COM FRANGO AO MOLHO LEGUMES REFOGADO (CHUCHU) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA SALADA DE COUVE-FLOR MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE EM TIRA COM BATATA SALADA PEPINO COM TOMATE
KCAL TOTAL	547	477	484	545	469
	25	26	27	28	29
DESJEJUM / LANCHE DA TARDE	LEITE COM ACHOCOLATADO MAÇÃ	SUCO DE POLPA PÃO COM QUEIJO	CHÁ BISCOITO ROSQUINHA	LEITE COM POLPA PÃO COM MANTEIGA	VITAMINA DE FRUTA (BANANA + MAMÃO)
PRINCIPAL	ARROZ COLORIDO CARNE EM TIRAS COM LEGUME (BRÓCOLIS) SALADA DE ALFACE COM TOMATE LARANJA	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO LEGUME REFOGADO (BETERRABA) MELÃO	ARROZ NHOQUE A BOLONHESA LEGUMES REFOGADO (ACELGA/CENOURA) MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO LARANJA	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE BATATA SAUTÉ BANANA
KCAL TOTAL	442	518	564	584	551

HORÁRIO DO SERVIMENTO

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

Wilton de Souza
Mirta A. Nakamura Kowalko
Nutricionista CRN-8/3132

Dê Campos
Beatriz Laurengo Nunes
Nutricionista CRN8/231

Renata Perucello Romero
Renata Perucello Romero
Nutricionista CRN8/2491

Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Fábio Alfredo Gonçalves de Campos
Gerente de Alimentação Escolar