

Secretaria Municipal de Educação - Setor de Alimentação Escolar

CARDÁPIO

NOVEMBRO

	Segunda – 31/10	Terça – 01/11	Quarta – 02/11	Quinta – 03/11	Sexta – 04/11
DESJEJUM	Mingau de Aveia com Banana	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango	FERIADO	Frutas com Aveia	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	Ovos Mexidos, Abobrinha Refogada, Arroz, Lentilha, Saladas	Sopa de legumes e abobora	FERIADO	Carne Arroz, Feijão, Legume	Vaca Atolada Arroz e Legumes
LANCHE I	Fruta	Fruta	FERIADO	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	FERIADO	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 07/11	Terça – 08/11	Quarta – 09/11	Quinta – 10/11	Sexta – 11/11
DESJEJUM	Mingau de Aveia com Banana	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango	Vitamina de Frutas sem açúcar	Vitamina de Frutas sem açúcar	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Carne moída c/Legumes	Arroz, Feijão, Carne, Legume	Quirera com carne e Legume, Arroz e Feijão	Strogonoff, arroz, saladas	Batata, legumes, feijão carne e salada
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 14/11	Terça – 15/11	Quarta – 16/11	Quinta – 17/11	Sexta – 18/11
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	Vitamina de Frutas sem açúcar	Frutas com Aveia	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	Sopa preta	Frango ao Molho Arroz/Feijão	Vaca atolada
LANCHE I	RECESSO	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	RECESSO	FERIADO	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 21/11	Terça – 22/11	Quarta – 23/11	Quinta – 24/11	Sexta – 25/11
DESJEJUM	Mingau de Aveia com Banana	Vitamina de Frutas sem açúcar	Frutas com Aveia	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango
ALMOÇO	Sopa de legumes com carne moída	Carne, mandioca, arroz e feijão	Ovos mexidos, lentilha, arroz e salada	Frango, Polenta, Arroz, Feijão, Salada	Macarrão com carne e vegetais
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 28/11	Terça – 29/11	Quarta – 30/11	Quinta – 01/12	Sexta – 02/12
DESJEJUM	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango	Chá s/ açúcar Bolo de banana aveia e cacau	Mingau de Aveia com Banana	Vitamina de Frutas sem açúcar	Vitamina de Frutas sem açúcar
ALMOÇO	Picadinho de legumes e frango ao molho	Purê de mandioca, carne moída e salada	Arroz, Feijão, Carne moída c/Legumes	Polenta, legumes carne e salada	Picadinho de carne, arroz, lentilha, saladas
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)

*Soraia Mohanna
Nutricionista CRN8 4056*

*Josiane Carneiro
Nutricionista CRN8 13483*

Secretaria Municipal de Educação - Setor de Alimentação Escolar
CMEI Apolônia Back
CARDÁPIO

NOVEMBRO

	Segunda – 31/10	Terça – 01/11	Quarta – 02/11	Quinta – 03/11	Sexta – 04/11
DESJEJUM	Mingau de Aveia com Banana	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango	FERIADO	Frutas com Aveia	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	Ovos Mexidos, Abobrinha Refogada, Arroz, Lentilha, Saladas	Sopa de legumes e abobora	FERIADO	Carne Arroz, Feijão, Legume	Vaca Atolada Arroz e Legumes
LANCHE I	Fruta	Fruta	FERIADO	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	FERIADO	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 07/11	Terça – 08/11	Quarta – 09/11	Quinta – 10/11	Sexta – 11/11
DESJEJUM	Mingau de Aveia com Banana	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango	Vitamina de Frutas sem açúcar	Vitamina de Frutas sem açúcar	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Carne moída c/Legumes	Arroz, Feijão, Carne, Legume	Quirera com carne e Legume, Arroz e Feijão	Strogonoff, arroz, saladas	Batata, legumes, feijão carne e salada
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 14/11	Terça – 15/11	Quarta – 16/11	Quinta – 17/11	Sexta – 18/11
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	Vitamina de Frutas sem açúcar	Frutas com Aveia	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	Sopa preta	Frango ao Molho Arroz/Feijão	Vaca atolada
LANCHE I	RECESSO	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	RECESSO	FERIADO	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 21/11	Terça – 22/11	Quarta – 23/11	Quinta – 24/11	Sexta – 25/11
DESJEJUM	Mingau de Aveia com Banana	Vitamina de Frutas sem açúcar	Frutas com Aveia	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango
ALMOÇO	Sopa de legumes com carne moída	Carne, mandioca, arroz e feijão	Ovos mexidos, lentilha, arroz e salada	Frango, Polenta, Arroz, Feijão, Salada	Macarrão com carne e vegetais
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)
	Segunda – 28/11	Terça – 29/11	Quarta – 30/11	Quinta – 01/12	Sexta – 02/12
DESJEJUM	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Frango	Chá s/ açúcar Bolo de banana aveia e cacau	Mingau de Aveia com Banana	Vitamina de Frutas sem açúcar	Vitamina de Frutas sem açúcar
ALMOÇO	Picadinho de legumes e frango ao molho	Purê de mandioca, carne moída e salada	Arroz, Feijão, Carne moída c/Legumes	Polenta, legumes carne e salada	Picadinho de carne, arroz, lentilha, saladas
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)	Idem ao Almoço (Sopa)

Soraia Mohanna
Nutricionista CRN8 4056

Josiane Carneiro
Nutricionista CRN8 13483/P

Secretaria Municipal de Educação - Setor de Alimentação Escolar
CARDÁPIO – 1 a 4 ANOS

NOVEMBRO

	Segunda – 31/10	Terça – 01/11	Quarta – 02/11	Quinta – 03/11	Sexta – 04/11
DESJEJUM	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Atum	FERIADO	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	Frango, Polenta, Arroz, Feijão, Salada	Arroz Fantasia, Feijão	FERIADO	Frango Batata, Feijão, Salada	Vaca Atolada Arroz, Feijão, Salada
LANCHE I	Fruta	Fruta	FERIADO	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	FERIADO	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço
	Segunda – 07/11	Terça – 08/11	Quarta – 09/11	Quinta – 10/11	Sexta – 11/11
DESJEJUM	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes e Atum	Vitamina de Frutas Pão de Queijo	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Carne moída c/Legumes	Arroz, Feijão, Carne, Salada	Quirera com carne e Salada	Carne, Quibebe de Abobora, Arroz, Feijão	Frango com Batata, Arroz e Feijão
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço
	Segunda – 14/11	Terça – 15/11	Quarta – 16/11	Quinta – 17/11	Sexta – 18/11
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	Vitamina de Frutas Pão de Queijo	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	FERIADO	FERIADO	Arroz, Feijão, Carne e Salada	Arroz Fantasia, Feijão, Salada	Frango, Purê de Batata, Arroz e Feijão
LANCHE I	FERIADO	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	FERIADO	FERIADO	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço
	Segunda – 21/11	Terça – 22/11	Quarta – 23/11	Quinta – 24/11	Sexta – 25/11
DESJEJUM	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Torta Salgada Legumes	Vitamina de Frutas Pão de Queijo	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	Peito de Frango c/Vegetais, Arroz, Feijão	C. Moída, Mandioca, Arroz, Feijão	Ovos Mexidos, Lentilha, Arroz, Salada	Frango ao Molho, Polenta	Macarrão com Carne e Vegetais
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço
	Segunda – 28/11	Terça – 29/11	Quarta – 30/11	Quinta – 01/12	Sexta – 02/12
DESJEJUM	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Torta Salgada	Vitamina de Frutas Pão de Queijo	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá s/ açúcar Bolo de Banana e Aveia
ALMOÇO	Vaca Atolada Arroz, Feijão, Salada	Frango ao Molho, Polenta e couve refogada	Arroz, Feijão, Strogonoff	Frango ao Molho, Macarrão, Arroz, Feijão	Ovos c/ Abobrinha, Lentilha, Arroz, Salada
LANCHE I	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE II	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço	Idem ao Almoço

Soraia Mohanna
Nutricionista CRN8 4056

Josiane Carneiro
Nutricionista CRN8 13483