

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO MENSAL: SETEMBRO 2023
REGULAR/SPECIAL/EJA => HORÁRIOS: MANHÃ ÀS 10 HORAS, TARDE ÀS 15 HORAS E EJA ÀS 20H.

04/set	05/set	06/set	07/set	08/set
PÃO DE LEITE INTEGRAL COM OVOS MEXIDOS E SUCO NATURAL, MAÇA	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ALFACE MAMÃO	FERIADO	RECESSO
11/set	12/set	13/set	14/set	15/set
PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO SUCO DE ABACAXI (NATURAL)	QUIRERA POSTA ASSADA AO MOLHO REPOLHO REFOGADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO CARNÊ DE PANELA AO MOLHO BERINJELA REFOGADA SALADA DE TOMATE MELÃO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO BRÓCOLIS REFOGADO SALADA DE ALFACE	CANJICA
LARANJA	LARANJA	MELÃO		BANANA
18/set	19/set	20/set	21/set	22/set
ARROZ COLORIDO (CENOURA E VAGEM), OVO COZIDO, SALADA DE ALFACE, MAÇA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO BATATA SALSA SAUTÉ SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO ABOBRINHA REFOGADA MANGA	ARROZ FEIJÃO CARNÊ MOÍDA REFOGADA SALADA DE CHUCHU BATATA DOCE COZIDA	BOLO DE CACAU C/ AVEIA E MAÇA CHÁ DE ERVA DOCE BANANA
25/set	26/set	27/set	28/set	29/set
PÃO INTEGRAL COM QUEIJO, LEITE COM CACAU, PERA	POLENTA CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE REPOLHO LARANJA	ARROZ FEIJÃO OMELETE CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	MACARRÃO FEIJÃO FRANGO AO MOLHO VAGEM REFOGADA BANANA	TORTA DE LEGUMES, CHÁ CA CIDREIRA, MELÃO


OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

Arline Godoi
Arline Souza de Godoi
 Nutricionista
 Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - EDUCAÇÃO INTEGRAL
CARDÁPIO MENSAL: SETEMBRO 2023
HORÁRIOS: DESJEJUM (8H00), ALMOÇO (11H E 12H), LANCHE 1 (16H00)

04/set	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES C/ CARNE SUCO DE FRUTAS			08/set
SEM AULA	MACARRÃO	ARROZ	FERIADO	RECESSO	
	FRANGO AO MOLHO	FEIJÃO			
	CENOURA SAUTÉ	OVO MEXIDO			
	SALADA DE ALFACE	SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE			
	MAMÃO	LARANJA			
	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES C/ CARNE SUCO DE FRUTAS			
11/set	12/set	13/set	14/set	15/set	
	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS	PÃO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO CHÁ	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE COM CACAU	
SEM AULA	ARROZ INTEGRAL	ARROZ	POLENTEA	ARROZ	
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	
	BIFE ACEBOLADO	FRANGO AO MOLHO	CARNE MOIDA AO MOLHO	CUBOS AO MOLHO	
	BRÓCOLIS REFOGADO	SALADA DE PEPINO	COUVE REFOGADA	BERNIEIRA REFOGADA	
	MELÃO		MANJA	MANJÃO	
	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS	PÃO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO CHÁ	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE COM CACAU	
18/set	19/set	20/set	21/set	22/set	
	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA BANANA	PÃO DE LEITE C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR	
SEM AULA	ARROZ	ARROZ	ARROZ INTEGRAL	ARROZ	
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	
	OMELETE COLORIDO (CENOURA, TOMATE E ESPINAFRE)	FRANGO REFOGADO ACEBOLADO SALADA DE BETERRABA	BIFE AO MOLHO	FRANGO ASSADO	
	REPOLHO REFOGADO	MELÃO	BATATA SALSA SAUTÉ SALADA DE ACELGA	ABOBRINHA REFOGADA	
	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA BANANA	PÃO DE LEITE C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR	
25/set	26/set	27/set	28/set	29/set	
	BISNAGUINHA C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	CANJICA E BANANA	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES C/ CARNE SUCO DE FRUTAS	
SEM AULA	MACARRÃO	ARROZ	ARROZ	ARROZ	
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	
	FRANGO AO MOLHO	CUBOS AO MOLHO	POSTA ASSADA AO MOLHO	ISCAS ACEBOLADAS	
	VAGEM REFOGADA	SALADA DE REPOLHO	COUVE REFOGADA	CENOURA REFOGADA	
	MELÃO		LARANJA		
	BISNAGUINHA C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	CANJICA E BANANA	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES C/ CARNE SUCO DE FRUTAS	

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.


Gilme Souza de Godoi
 Nutricionista

Chef Dup. De Merenda Escolar
 Documento 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO SETEMBRO DE 2023
PROJETO SANTA MÔNICA - EDUCAÇÃO COM ESPORTE
PERÍODO DA MANHÃ

REFEIÇÃO	05/set	06/set	07/set	08/set
DESJEJUM (8H)	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES C/ CARNE SUCO DE FRUTAS		
LANCHE/ FRUTAS (10H)	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS		
ALMOÇO (12H)	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO OVO MEXILHO SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE	FERIADO	RECESSO
REFEIÇÃO	12/set	13/set	14/set	15/set
DESJEJUM (8H)	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS	PÃO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO CHÁ	PÃO DE QUEIJO (RECETA) LEITE COM CAGAU
LANCHE/ FRUTAS (10H)	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS
ALMOÇO (12H)	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO BROCOLIS REFOGADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE PEPINO	POLENTA FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO BERINJELA REFOGADA
REFEIÇÃO	19/set	20/set	21/set	22/set
DESJEJUM (8H)	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA	PÃO DE LEITE C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR
LANCHE/ FRUTAS (10H)	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS
ALMOÇO (12H)	ARROZ FEIJÃO OMELETE COLORIDO (CENOURA, TOMATE E ESPINAFRE) REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACEBOLADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE AO MOLHO BATATA SALSA SAUTÉ SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO ABOBRINHA REFOGADA
REFEIÇÃO	26/set	27/set	28/set	29/set
DESJEJUM (8H)	BISNAGUINHA C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	CANJICA	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES C/ CARNE SUCO DE FRUTAS
LANCHE/ FRUTAS (10H)	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS	2 UND FRUTAS
ALMOÇO (12H)	MACARRÃO FEIJÃO FRANGO AO MOLHO VAGEM REFOGADA	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS CENOURA REFOGADA

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.


Ailene Souza de Godoi

Nutricionista


Chefe Dep. De Merenda Escolar

Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO SETEMBRO DE 2023
PROJETO SANTA MÔNICA - EDUCAÇÃO COM ESPORTE
PERÍODO DA TARDE

REFEIÇÃO	05/set	06/set	07/set	08/set
ALMOÇO (12H)	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE	FERIADO	RECESSO
LANCHE/ FRUTAS (15H)	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO
REFEIÇÃO	12/set	13/set	14/set	15/set
ALMOÇO (12H)	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO BRÓCOLIS REFOGADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE PEPIÑO	POLENITA FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO BERINJELA REFOGADA
LANCHE/ FRUTAS (15H)	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO
REFEIÇÃO	19/set	20/set	21/set	22/set
ALMOÇO (12H)	ARROZ FEIJÃO OMELETE COLORIDO (CENOURA, TOMATE E ESPINAFRE) REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACEBOLADO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE AO MOLHO BATATA SALSA SAUTÉ SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO ABOBRINHA REFOGADA
LANCHE/ FRUTAS (15H)	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO
REFEIÇÃO	26/set	27/set	28/set	29/set
ALMOÇO (12H)	MACARRÃO FEIJÃO FRANGO AO MOLHO VAGEM REFOGADA	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO COUVE REFOGADA	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS CENOURA REFOGADA
LANCHE/ FRUTAS (15H)	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO	FRUTA CONFORME MEMORANDO ENVIADO

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.


Ailene Souza de Godoi
 Nutricionista
 Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021