

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

REFEIÇÃO	31/jul							
DESJEJUM		07/ago	PÃO CASEIRO C/ QUEIJEIRO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA BANANA	PÃO DE LETE C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO			MACARRÃO CARNE MOIDA AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE ACELGA	RISOTO FEIJÃO COUVE REFOGADA SALADA DE PEPIÑO	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS ABORINHA REFOGADA	FRANGO ASSADO SALADA DE ALFACE		
LANCHE			MELÃO					
REFEIÇÃO	07/ago		PÃO CASEIRO C/ QUEIJEIRO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA BANANA	PÃO DE LETE C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR		
DESJEJUM		08/ago	PANUECA C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA DOCE DE BANANA (RECEITA) CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	ARROZ FEIJÃO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE FRANGO SUCO DE FRUTAS		
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO OMELETE ESPINAFRE REFOGADO COM CENOURA	FRANGO ACEBOLADO COUVE REFOGADA SALADA DE CENOURA	ARROZ FEIJÃO STROGONOFFE SALADA DE REPOLHO	FRANGO FEIJÃO CUBOS AO MOLHO C/ BROCOLIS SALADA DE BETERRABA		
LANCHE			MANEIRA					
REFEIÇÃO	14/ago		PANUECA C/ CARNE MOIDA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA CASEIRA DOCE DE BANANA (RECEITA) CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	BROA INTEGRAL C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE FRANGO SUCO DE FRUTAS		
DESJEJUM		15/ago	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS	PAO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO CHÁ	ARROZ FEIJÃO LEITE COM CACAU		
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE PEPIÑO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COZIDA CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	MACARRÃO FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO CENOURA REFOGADA	FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA		
LANCHE			MANGA					
REFEIÇÃO	21/ago		OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS	PAO INTEGRAL C/ CARNE AO MOLHO CHÁ	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE COM CACAU		
DESJEJUM		22/ago	OMELETE COM DOCE DE LEITE LEITE COM CACAU E FRUTA	TORTA DE LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA INTEGRAL C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	CANJICA BANANA		
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA DE BETERRABA COZIDA	MACARRÃO PARAFUSO FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE ABOBRINHA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO LEGUMES REFOGADOS (BROCOLIS E CENOURA)	FRANGO REFOGADO SALADA DE ALFACE		
LANCHE			MACÃ					
REFEIÇÃO	28/ago		PÃO DE LETE COM DOCE DE LEITE LEITE COM CACAU E FRUTA	TORTA DE LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA INTEGRAL C/ OVOS MEXIDOS SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	CANJICA BANANA		
DESJEJUM		29/ago	OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO DE LETE C/ CARNE MOIDA CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA E CACAU BANANA	PÃO CASEIRO C/ QUEIJO CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO			ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA REFOGADA SALADA DE BETERRABA	RISOTO FEIJÃO LEGUMES REFOGADOS (COUVE FLOR E CENOURA)	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS FAROFA DE LEGUMES SALADA DE ALFACE	FRANGO FEIJÃO OMELETE NUTRITIVO (CENOURA E TOMATE) COUVE REFOGADA		
LANCHE			LARANJA					
REFEIÇÃO	04/set		OMELETE COM AVEIA E LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO DE LETE C/ CARNE MOIDA CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA E CACAU BANANA	PÃO CASEIRO C/ QUEIJO CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR		

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

Affine Souza de Godoi
 Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021