

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO MENSAL: AGOSTO 2023**

REGULAR/ESPECIAL/EJA => HORÁRIOS: MANHÃ ÀS 10 HORAS, TARDE ÀS 15 HORAS E EJA ÀS 20H.

31/jul	01/ago	02/ago	03/ago	04/ago
PÃO INTEGRAL COM OMELETE NUTRITIVO (CENOURA E TOMATE) SUCO DE UVA INTEGRAL LARANJA	ARROZ FEIJÃO ISCAS AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE REPOLHO ROXO	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA DE ALFACE MELÃO	MACARRÃO CARNE MOIDA AO MOLHO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ACELGA	SOPA DE LEGUMES COM MÚSCULO FRUTA: BANANA
07/ago	08/ago	09/ago	10/ago	11/ago
PÃO CASEIRO COM QUEIJO, CHÁ, FRUTA: MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM BRÓCOLIS SALADA DE BETERRABA LARANJA	POLENTA CUBOS AO MOLHO COUVE REFOGADA SALADA DE CENOURA BANANA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILÉ DE TILÁPIA ASSADO BATATA SAUTÉ SALADA DE ALFACE	TORTA DE FRANGO SUCO DE MARACUJÁ MANGA
14/ago	15/ago	16/ago	17/ago	18/ago
MACARRÃO ESPAGUETE A BOLONHESA REPOLHO REFOGADO MAMÃO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO CENOURA REFOGADA	QUIRERA ISCAS BOVINAS AO MOLHO ACELGA REFOGADA SALADA DE TOMATE MANGA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE PEPINO	BOLO DE CACAU SUCO DE UVA INTEGRAL BANANA
21/ago	22/ago	23/ago	24/ago	25/ago
PÃO INTEGRAL COM OVOS MEXIDOS SUCO DE LARANJA INTEGRAL MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO VAGEM COZIDA SALADA DE ALFACE	PURÉ DE BATATA CARNE MOIDA AO MOLHO LEGUMES REFOGADOS (BRÓCOLIS E CENOURA) LARANJA	ARROZ FEIJÃO FILÉ DE TILÁPIA ASSADO AIPIM COZIDO SALADA DE REPOLHO	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO MELANCIA
28/ago	29/ago	30/ago	31/ago	01/set
BISCOITO, VITAMINA DE MORANGO (COM IOGURTE NATURAL), FRUTA: BANANA	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS FAROFA DE LEGUMES SALADA DE ALFACE	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ACELGA MANGA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA REFOGADA SALADA DE BETERRABA	ARROZ COLORIDO (CENOURA), COZIDO, COUVE REFOGADA, LARANJA

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.


Ailene Souza de Godoi
Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar
Data: 07/08/2023