

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**CARDÁPIO MENSAL: JUNHO 2023**  
**RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO OVO - NÃO ACRESCENTAR OVO NEM MACARRÃO EM NENHUMA PREPARAÇÃO.**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	05/jun	06/jun	07/jun	08/jun	09/jun
DESJEJUM	PÃO CASERIO (RECEITA SEM OVO) C/ REQUEIJÃO VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ PATE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ PATE DE FRANGO CHÁ DE CAPIM CIDREIRA SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ PATE DE FRANGO CHÁ DE CAPIM CIDREIRA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO GRELHADO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE CENOURA E BROCOLIS	ARROZ FEIJÃO BIFE ACEBOLADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE ALFACE	FRANGIAO	RECESSO
LANCHINHO	TANGERINA	MELÃO	ARANJA		
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO		
REFEIÇÃO	12/jun	13/jun	14/jun	15/jun	16/jun
DESJEJUM	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASERIO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	CREPIÓCA (RECEITA SEM OVO) IOGURTE	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ PATE DE FRANGO CHÁ DE CAPIM CIDREIRA SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO BIFE GRELHADO REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILAPIA ASSADO BATATA SAUTE SALADA DE ALFACE	QUIRERA/ ARROZ FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA
LANCHINHO	PONKÂN	MAMÃO	ARANJA	BANANA	TANGERINA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO	RISOTO, FEIJAO E SALADA DE REPOLHO	POLENTA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	CANJA
REFEIÇÃO	19/jun	20/jun	21/jun	22/jun	23/jun
DESJEJUM	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ CARNE CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) COM DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR (RECEITA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE QUEIJO (RECEITA SEM OVO) CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO GRELHADO SALADA DE PEPINO E TOMATE	POLENTA/ ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO FAROF DE ESPINAFRE SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO BIFE ACEBOLADO CHUCHU REFOGADO
LANCHINHO	MAÇA	BANANA	MELAO	MANÇA	MAMÃO
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	RISOTO, FEIJAO E ABOBRINHA REFOGADA	SOPA DE FEIJAO C/ CARNE	CANJA	BOLO DE CACAU (RECEITA SEM OVO) SEM AÇÚCAR E CHÁ S/ AÇÚCAR
REFEIÇÃO	26/jun	27/jun	28/jun	29/jun	30/jun
DESJEJUM	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ CREME VEGETAL VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR MACARRÃO DE ARROZ OU ARROZ FEIJÃO	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ PATE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ CARNE AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA COM BANANA S/ AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM OVO) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	CARNE MOIDA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE CENOURA	ISCAS ACEBOLADAS BATATA SAUTE SALADA DE REPOLHO	FRANGO AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	FILE DE TILAPIA ASSADO BROCOLIS REFOGADO SALADA DE PEPINO	PEITO DE FRANGO ACEBOLADO SALADA DE BETERRADA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	MELAO	MAÇA	TANGERINA	ARANJA	MELANCIA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	SOPA DE BATAIA (RECEITA SEM OVO) C/ CARNE	SOPA DE ALPIM C/ MUSCULO

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.  
TODAS AS SOPAS DEVERÃO SER FEITAS COM ARROZ, NÃO UTILIZAR MACARRÃO!!!

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

**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO MENSAL: JUNHO 2023**  
**RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LENTE**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	05jun	06jun	07jun	08jun	09jun
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) COM DOCE DE BANANA SEM AÇÚCAR (RECETA) BEBIDA DE ARROZ BATIDA COM MAMÃO	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ GELÉIA SEM AÇÚCAR CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ PATE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE CENOURA E BROCOLIS	ARROZ FEIJÃO BIFE ACEBOLADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE ALFACE	FERIADO	RECESSO
LANCHINHO	TANGERINA	MELÃO	LARANJA		
LANCHE	CANJA				
REFEIÇÃO	12jun	13jun	14jun	15jun	16jun
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ GELÉIA DE FRUTA SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS COM LENTE DE ARROZ SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ PATE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR	CREPIÓCA SEM LENTE DE BANANA LEITE DE ARROZ COM CACAU EM PO	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ PATE DE FRANGO CHÁ DE CAPIM CÍCIREIRA SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ OMELETE SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OMELETE REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARNÊ MOIDA AO MOLHO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILÁPIA ASSADO BATATA SAUTÉ SALADA DE ALFACE	QUIRERÁ/ARROZ FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA
LANCHINHO	PONKAN	MAMÃO	LARANJA	BANANA	TANGERINA
LANCHE					
REFEIÇÃO	19jun	20jun	21jun	22jun	23jun
DESJEJUM	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO	RISOTO, FEIJÃO E SALADA DE REPOLHO	POLENITA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	SOPA DE CANJA
ALMOÇO	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA SALGADA (RECETA SEM LENTE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ CARNE CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) C/ OMELETE SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE QUEIJO (RECETA SEM LENTE) CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVO COZIDO SALADA DE PEPINO E TOMATE	POLENIT/ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO FAROFA DE ESPINAFRE SALADA DE ACELGA	ARROZ FEIJÃO BIFE ACEBOLADO CHUCHU REFOGADO
LANCHINHO	MAÇÃ	BANANA	MELÃO	MANGA	MAMÃO
LANCHE					
REFEIÇÃO	26jun	27jun	28jun	29jun	30jun
DESJEJUM	SOPA DE LEGUMES	RISOTO, FEIJÃO E ABOBRINHA REFOGADA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	CANJA	800g DE CACAU SEM LENTE E SEM AÇÚCAR COM 5g AÇÚCAR
ALMOÇO	PÃO CASEIRO (SEM LENTE) COM CREME VEGETAL BEBIDA DE ARROZ BATIDA COM FRUTA	CHÁ SEM AÇÚCAR	SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	FLOCOS DE MILHO COM BEBIDA DE ARROZ COM BANANA S/ AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES (RECETA SEM LENTE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	MACARRÃO FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO
ALMOÇO	CARNE MOIDA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE CENOURA	ISCAS ACEBOLADAS BATATA SAUTÉ SALADA DE REPOLHO	FRANGO AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	FILE DE TILÁPIA ASSADO BROCOLIS REFOGADO SALADA DE PEPINO	PETTO DE FRANGO ACEBOLADO SALADA DE BETERRABA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	MELÃO	MAÇÃ	TANGERINA	LARANJA	MELANCIA
LANCHE					
REFEIÇÃO	30jun				
DESJEJUM	SOPA DE LEGUMES				

  
**Ahline Souza de Godói**  
 Nutricionista  
 Chefe Dep. De Merenda Escolar  
 Decreto 7938/2023

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO MENSAL: JUNHO 2023 RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LEITE, FEIJÃO E LENTILHA - ALUNA MARIA FLORE

APÓS O EPISÓDIO DE VÔMITO EM 11 DE ABRIL APÓS INGERIR PEIXE, O PEIXE SERÁ RETIRADO DO CARDÁPIO DA ALUNA. AGUARDANDO ORIENTAÇÃO MÉDICA.

CRIANÇAS 1 A 3 ANOS =&gt; HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)

REFEIÇÃO	05/jun	06/jun	07/jun	08/jun	09/jun
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ BANANA SEM AÇÚCAR RECEITA 1 BEBIDA DE ARROZ BATIDA COM MAMÃO ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ CACAU SEM AÇÚCAR CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ PARTE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ PARTE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ OMELETE SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	OVO COZIDO SALADA DE TOMATE	FRANGO REFOGADO SALADA DE CENOURA E BROCOLIS MELÃO	BIFE ACEBOLADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE ALFACE	FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	FRANGO GRELHADO BATATA SAUTE SALADA DE ALFACE
LANCHINHO	TANGERINA	MELÃO	LARANJA	BANANA	TANGERINA
LANCHE	CANJA	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO		
REFEIÇÃO	12/jun	13/jun	14/jun	15/jun	16/jun
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ GELADA DE FRUTA SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS COM LEITE DE ARROZ SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ PARTE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ	CREPIÓCA SEM LEITE DE BANANA LEITE DE ARROZ COM CACAU EM PÓ ARROZ INTEGRAL	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ PARTE DE FRANGO CHÁ DE CAPIM CIDREIRA SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ OMELETE SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	OMELETE REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO	CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA DE BETERRABA	FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	FRANGO GRELHADO BATATA SAUTE SALADA DE ALFACE	ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA
LANCHINHO	PONKÂN	MAMÃO	LARANJA	BANANA	TANGERINA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO	RISOTO E SALADA DE REPOLHO	POLENTA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE QUIRERINHA C/ CARNE E LEGUMES	CANJA
REFEIÇÃO	19/jun	20/jun	21/jun	22/jun	23/jun
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ	TORTA SALGADA (RECEITA SEM LEITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR POLENTA/ ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ CARNE CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ OMELETE SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ
ALMOÇO	OVO COZIDO SALADA DE PEPINO E TOMATE	CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE	FRANGO ASSADO REPOLHO REFOGADO	POSTA ASSADA AO MOLHO FAROFÁ DE ESPINAFRE SALADA DE ACELGA	BIFE ACEBOLADO CHUCHU REFOGADO
LANCHINHO	MAÇA	BANANA	MELÃO	MANGA	MAMÃO
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	RISOTO E ABOBRINHA REFOGADA	SOPA LEGUMES C/ CARNE	CANJA	
REFEIÇÃO	28/jun	27/jun	28/jun	29/jun	30/jun
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) COM CREME VEGETAL BEBIDA DE ARROZ BATIDA COM FRUTA MACARRÃO	PÃO CASEIRO (SEM LEITE) C/ PARTE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ	PÃO INTEGRAL C/ CARNE AO MOLHO ARROZ INTEGRAL	FLUCCOS DE MILHO COM BEBIDA DE ARROZ COM BANANA S/ AÇÚCAR ARROZ	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM LEITE) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR ARROZ
ALMOÇO	CARNE MOIDA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE CENOURA	ISCAS ACEBOLADAS BATATA SAUTE SALADA DE REPOLHO	FRANGO AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	BIFE BROCOLIS REFOGADO SALADA DE PEPINO	PEITO DE FRANGO ACEBOLADO SALADA DE BETERRABA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	MELÃO	MAÇA	TANGERINA	LARANJA	MELANCIA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES	CANJA	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	PURE DE BATATA (SEM LEITE) C/ CARNE	SOPA DE APIM C/ MUSCULO

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

*Ailene Souza de Godói*  
Nutricionista


Chefe Dep. De Merenda Escolar  
Decreto 75.487/2017.



**CARDÁPIO MENSAL : JUNHO 2023 - LUCAS FERNANDES GUESSE - DIABETES TIPO 1**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

	05/jun	06/jun	07/jun	08/jun	09/jun
REFEIÇÃO					
DESJEJUM	PAO INTEGRAL SEM AÇÚCAR C/ REQUEIJÃO VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OVO COZIDO SALADA DE TOMATE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO SALADA DE CENOURA E BROCOLIS	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE ALFACE	FERIADO	RECESSO
LANCHINHO	PERA C/ CASCA	MELAO	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE		
LANCHE	CANJUA (INCLUIR AVEIA)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO		
REFEIÇÃO	12/jun	13/jun	14/jun	15/jun	16/jun
DESJEJUM	PAO INTEGRAL C/ GELÉIA DE FRUTA SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO CHÁ DE CAPIM CIDREIRA SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL C/ OMELETE (INCLUIR AVEIA) SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OMELETE (INCLUIR LINHAÇA) REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA DE BETERRABA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILE DE TILAPIA ASSADO	QUIRERA/ ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ISCAS AO MOLHO COUVE REFOGADA
LANCHINHO	POPKAN	PERA C/ CASCA	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE	BANANA PRATA C/ AVEIA	PERA C/ CASCA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO E AVEIA	POLENTA COM CARNE AO MOLHO	POLENTA COM CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE E AVEIA	CANJUA (INCLUIR AVEIA)
REFEIÇÃO	19/jun	20/jun	21/jun	22/jun	23/jun
DESJEJUM	BROA INTEGRAL C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	TORTA DE AVEIA COM LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BROA INTEGRAL C/ C/ CARNE CHÁ SEM AÇÚCAR	BROA INTEGRAL C/ OMELETE SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL C/ CARNE CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OVO COZIDO SALADA DE PEPINO E TOMATE	POLENTA/ ARROZ INTEGRAL FEIJÃO CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO ASSADO REPOLHO REFOGADO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO CHUCHU REFOGADO
LANCHINHO	MAÇA COM CASCA	BANANA PRATA C/ AVEIA	MELAO	PERA C/ CASCA	MAÇA COM CASCA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM AVEIA E LINHAÇA	FRUTO INTEGRAL, FEIJÃO E ABOBRINHA REFOGADA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	CANJUA (INCLUIR AVEIA)	BOLA DE COUVE SEM AÇÚCAR E CHÁ SEM AÇÚCAR
REFEIÇÃO	26/jun	27/jun	28/jun	29/jun	30/jun
DESJEJUM	PAO INTEGRAL C/ OMELETE VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO CHÁ SEM AÇÚCAR	PAO INTEGRAL C/ CARNE AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA COM BANANA S/ AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES C/ AVEIA SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	MACARÃO INTEGRAL FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE CENOURA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILE DE TILAPIA ASSADO BROCOLIS REFOGADO SALADA DE PEPINO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PEITO DE FRANGO ACEBOLADO SALADA DE BETERRADA COUVE REFOGADA
LANCHINHO	MELAO	MAÇA COM CASCA	TANGERINA	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE	PERA C/ CASCA
LANCHE	SOPA DE LEGUMES COM AVEIA	CANJUA (INCLUIR AVEIA)	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE E ABOBRINHA	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO

ALTERADOS POR CONTRA DA AGRICULTURA FAMILIAR. OBSERVAÇÃO: NAS PREPARAÇÕES ONDE CONTEM LINHAÇA OU AVEIA COLOCAR A QUANTIDADE DE 1 COLHER DE SOBREMESA

  
**Ailene Souza de Souza**  
 Nutricionista  
 Chefe Dep. De Merenda Esq.  
 Decreto 7938/2011