



CARDÁPIO VI

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - MARÇO/2022 Para atendimento: Ensino de Jovens e Adultos - EJA

SERVIÇOS		07/03/2022	08/03/2022	09/03/2022	10/03/2022	11/03/2022
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL	SERVIÇO REFEIÇÃO	Arroz branco Feijão carioca Ovos mexidos com tomate, cenoura e cheiro verde Salada de acelga	Arroz branco Feijão carioca Carne moída com molho de tomate Batata sautê Salada de repolho e cenoura ralada	Arroz branco Feijão carioca Isclas de Frango acebolada Repolho refogado Salada de grão de bico com tomate e cheiro verde	Arroz branco Feijão carioca Carne em cubos com cenoura e batata Salada de repolho	Macarrão (tipo parafuso) com molho de tomate Frango desfiado com tomate e abobrinha Abóbora refogada Salada de acelga
	SERVIÇO SOBREMESA	Melancia	Suco de uva integral individual	Banana prata orgânica	Doce de banana sem açúcar individual	Laranja

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período parcial: VCT 551 KCAL / CHO 94 g / PTN 26 g / LIP 08 g / Fe 05 mg / Sódio 504 mg / Zn 03 mg / Ca 35 mg / VIT A 605 mcg / Mg 80 mg / VIT C 35 mg / Fibras 10 g
SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS.

CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL

Serviços ofertados no período manhã:
Ensino Regular: Refeição + Sobremesa

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.



CARDÁPIO VI

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - MARÇO/2022 Para atendimento: Ensino de Jovens e Adultos - EJA

SERVIÇOS		14/03/2022	15/03/2022	16/03/2022	17/03/2022	18/03/2022
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL	SERVIÇO REFEIÇÃO	Arroz branco Feijão carioca Salsicha com molho de tomate Abobrinha refogada Salada de acelga e cenoura ralada	Arroz branco Feijão preto Pernil em cubos acebolado Couve refogada Salada de tomate	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos refogado com grão de bico, tomate, cenoura e abobrinha Salada de repolho	Macarrão (tipo parafuso) com molho de tomate Carne moída com chuchu, cebola, e cheiro verde Abóbora refogada Salada de alface	Arroz branco Feijão carioca Isclas de frango com tomate e cheiro verde Brócolis refogado Cenoura (corte palito) refogada Salada de escarola
	SERVIÇO SOBREMESA	Maçã	Laranja	Doce de banana sem açúcar	Banana prata orgânica	Suco de uva integral individual

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período parcial: VCT 555 KCAL / CHO 93 g / PTN 27 g / LIP 08 g / Fe 05 mg / Sódio 504 mg / Zn 03 mg / Ca 85 mg / VIT A 572 mcg / Mg 130 mg / VIT C 30 mg / Fibras 10 g
SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS.

CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL

Serviços ofertados no período manhã:
Ensino Regular: Refeição + Sobremesa

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.



CARDÁPIO VI

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - MARÇO/2022 Para atendimento: Ensino de Jovens e Adultos - EJA

SERVIÇOS		21/03/2022	22/03/2022	23/03/2022	24/03/2022	25/03/2022
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL	SERVIÇO REFEIÇÃO	Arroz branco Feijão carioca Ovos mexidos com tomate, cenoura e cheiro verde Salada de acelga	Arroz branco Feijão carioca Isclas de frango com abobrinha Abóbora refogada Salada de repolho	Arroz branco com cenoura Feijão carioca Isclas de fígado acebolado Grão de bico cozido e temperado Batata sauté Salada de escarola	Arroz branco Feijão carioca Carne em cubos com abóbora Salada de alface e beterraba ralada	Macarrão (tipo parafuso) com molho de tomate Frango em cubos com tomate e cheiro verde Salada de acelga e cenoura ralada Brócolis refogado
	SERVIÇO SOBREMESA	Maçã	Suco de uva integral individual	Banana prata orgânica	Doce de banana sem açúcar	Melancia

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período parcial: VCT 555 KCAL / CHO 93 g / PTN 27 g / LIP 08 g / Fe 05 mg / Sódio 504 mg / Zn 03 mg / Ca 85 mg / VIT A 572 mcg / Mg 130 mg / VIT C 30 mg / Fibras 10 g
SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS.

CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL

Serviços ofertados no período manhã:
Ensino Regular: Refeição + Sobremesa

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.



CARDÁPIO VI

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - MARÇO/2022 Para atendimento: Ensino de Jovens e Adultos - EJA

SERVIÇOS		28/03/2022	29/03/2022	30/03/2022	31/03/2022	01/04/2022
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL	SERVIÇO REFEIÇÃO	Macarrão (tipo parafuso) com molho de tomate Atum refogado com tomate e cenoura picada Grão de bico temperado e cozido Repolho refogado Salada de beterraba ralada	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos com abóbora Salada de acelga e pepino picado	Arroz branco Feijão carioca Carne moída com molho de tomate Salada de alface Salada de grão de bico com tomate e cenoura picada	Arroz branco Feijão carioca Frango desfiado refogado com abobrinha, brócolis, tomate e cenoura Salada de escarola	Arroz branco Feijão Carioca Carne em cubos com mandioca Abóbora refogada Salada de alface
	SERVIÇO SOBREMESA	Maçã	Suco de uva integral individual	Banana prata orgânica	Melancia	Doce de banana sem açúcar

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período parcial: VCT 555 KCAL / CHO 93 g / PTN 27 g / LIP 08 g / Fe 05 mg / Sódio 504 mg / Zn 03 mg / Ca 85 mg / VIT A 572 mcg / Mg 130 mg / VIT C 30 mg / Fibras 10 g
SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS.

CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL

Serviços ofertados no período manhã:
Ensino Regular: Refeição + Sobremesa

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.