



CARDÁPIO III



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - OUTUBRO/2022

Para atendimento: Educação Infantil (Maternal I, Maternal II, 1ª Etapa e 2ª Etapa)

SERVIÇOS			03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022
			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 MANHÃ	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO DESJEJUM	ATIVIDADE SUSPensa	FERIADO MUNICIPAL SÃO FRANCISCO DAS CHAGAS	Composto lácteo de chocolate Biscoito tipo salgado	Leite integral pasteurizado batido c/ mamão Biscoito tipo rosquinha de chocolate	Leite integral pasteurizado c/ achocolatado Bisnaguinha c/ margarina
		SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ			Arroz branco Feijão carioca Postas de Peixe Batata inglesa e tomate Salada de repolho	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate Frango em cubos c/ abóbora Salada de acelga e pepino picado	Arroz branco Feijão carioca Isclas de Pernil acebolado Farofa c/ cenoura Salada de alface
		SERVIÇO SOBREMESA			Doce de banana individual	Maçã	Banana nanica
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE TARDE			Leite integral c/ achocolatado Biscoito tipo maisena	Leite integral pasteurizado c/ Flocos de milho	Leite integral pasteurizado batido c/ mamão e banana nanica Biscoito tipo salgado
		SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE			Macarrão tipo padre nosso c/ molho de tomate Isclas de Frango c/ abobrinha Abóbora refogada Salada de escarola	Arroz branco Feijão carioca Isclas de Fígado acebolado Purê de batata Salada de alface c/ cenoura ralada	Sopa de : Batata Inglesa / Feijão carioca Frango em cubos / Couve manteiga / Cenoura
		SERVIÇO SOBREMESA			Melancia		Doce sabor brigadeiro c/ granulado

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1.140 KCAL / CHO 175 g / PTN 51 g / LIP 26 g / Fe 09 mg / Sódio 989 mg / Zn 06 mg / Ca 629 mg / VIT A 858 mcg / Mg 198 mg / VIT C 45 mg / Fibras 14 g

Cardápio período parcial: VCT 664 KCAL / CHO 102 g / PTN 28 g / LIP 16 g / Fe 05 mg / Sódio 725 mg / Zn 03 mg / Ca 345 mg / VIT A 374 mcg / Mg 109 mg / VIT C 19 mg / Fibras 08 g

SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS E INTEGRAIS.

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.



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - OUTUBRO/2022

Para atendimento: Educação Infantil (Maternal I, Maternal II, 1ª Etapa e 2ª Etapa)

SERVIÇOS		10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022
		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 MANHÃ	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO DESJEJUM	Composto lácteo de chocolate Pão de leite c/ margarina	Leite integral pasteurizado c/ Flocos de milho	FERIADO NACIONAL DIA DE NOSSA SENHORA APARECIDA E DIA DAS CRIANÇAS	ATIVIDADE SUSPENSAS SEMANA DO PROFESSOR
		SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido c/ tomate e cenoura picada Salada de acelga	Arroz branco Feijão carioca (opcional) Strogonoff de carne em cubos Batata palha Salada de acelga		
		SERVIÇO SOBREMESA	Maçã	Doce sabor brigadeiro c/ granulado		
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE TARDE	Leite integral c/ achocolatado Biscoito tipo rosquinha de leite	Leite integral pasteurizado batido c/ mamão Biscoito tipo salgado		
		SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Sopa de: Arroz branco / Feijão carioca Carne moída / Repolho / Abóbora / Abobrinha	Pão com carne maluca (desfiada) e queijo tipo meia cura (derretido)		
		SERVIÇO SOBREMESA		Suco de Laranja Lima		

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1.140 KCAL / CHO 175 g / PTN 51 g / LIP 26 g / Fe 09 mg / Sódio 989 mg / Zn 06 mg / Ca 629 mg / VIT A 858 mcg / Mg 198 mg / VIT C 45 mg / Fibras 14 g
Cardápio período parcial: VCT 664 KCAL / CHO 102 g / PTN 28 g / LIP 16 g / Fe 05 mg / Sódio 725 mg / Zn 03 mg / Ca 345 mg / VIT A 374 mcg / Mg 109 mg / VIT C 19 mg / Fibras 08 g
SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS E INTEGRAIS.

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.



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - OUTUBRO/2022

Para atendimento: Educação Infantil (Maternal I, Maternal II, 1ª Etapa e 2ª Etapa)

SERVIÇOS		17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	
		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 MANHÃ	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO DESJEJUM	Composto lácteo de chocolate Pão de leite c/ margarina	Leite integral pasteurizado batido c/ banana prata e maçã Biscoito tipo salgado	Leite integral pasteurizado c/ achocolatado Biscoito tipo rosquinha de leite	Leite integral pasteurizado batido c/ mamão Biscoito tipo maria	Leite integral pasteurizado c/ achocolatado Pão de leite c/ queijo tipo meia cura
		SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca PTS (Proteína de Soja Texturizada Escura) c/ molho de tomate Batata doce sautê Salada de acelga c/ tomate em rodela	Arroz branco Feijão carioca Iscas de Frango c/ cenoura picada Repolho refogado Salada de beterraba ralada	Arroz branco Feijão carioca Carne em cubos c/ batata inglesa picada (25% legumes) Abóbora refogada (75% legumes) Salada de alface	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate Frango em cubos refogado Cenoura sautê Salada de escarola e pepino picado	Arroz branco Feijão carioca Carne moída c/ abóbora Abobrinha refogada Salada de acelga
		SERVIÇO SOBREMESA	Doce de banana individual	Maçã		Banana nanica	Melão
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE TARDE	Leite integral c/ achocolatado Biscoito tipo maisena	Leite integral pasteurizado c/ Flocos de milho	Salada de frutas (maçã / banana nanica / mamão / suco de melancia)	Composto lácteo de chocolate Pão de leite c/ margarina	Leite integral pasteurizado batido c/ banana nanica Biscoito tipo salgado
		SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Macarrão tipo padre nosso c/ molho de tomate Iscas de Frango c/ chuchu picado Abóbora refogada Salada de escarola	Sopa de: Arroz branco / Feijão carioca Carne moída / Acelga / Cenoura / Tomate	Arroz branco Feijão carioca Polenta cremosa c/ molho de tomate Frango em cubos refogado Salada de repolho	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido c/ espinafre Salada de tomate c/ pepino picado	Sopa de: Arroz branco / Feijão carioca Frango em cubos / Couve manteiga / Cenoura / Abobrinha
		SERVIÇO SOBREMESA	Maçã	Mamão		Melancia	Doce de banana individual

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1.140 KCAL / CHO 175 g / PTN 51 g / LIP 26 g / Fe 09 mg / Sódio 989 mg / Zn 06 mg / Ca 629 mg / VIT A 858 mcg / Mg 198 mg / VIT C 45 mg / Fibras 14 g
Cardápio período parcial: VCT 664 KCAL / CHO 102 g / PTN 28 g / LIP 16 g / Fe 05 mg / Sódio 725 mg / Zn 03 mg / Ca 345 mg / VIT A 374 mcg / Mg 109 mg / VIT C 19 mg / Fibras 08 g
SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS E INTEGRAIS.

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.



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - OUTUBRO/2022

Para atendimento: Educação Infantil (Maternal I, Maternal II, 1ª Etapa e 2ª Etapa)

SERVIÇOS		24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022
		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 MANHÃ	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO DESJEJUM	Leite integral c/ achocolatado Bisnaguinha c/ requeijão	Composto lácteo de chocolate Biscoito tipo maisena	Leite integral pasteurizado batido c/ banana nanica Biscoito tipo salgado	Leite integral pasteurizado c/ achocolatado Bisnaguinha c/ queijo tipo meia cura
		SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido c/ tomate Salada de escarola e cenoura ralada	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos c/ abóbora Salada de acelga	Macarrão tipo padre nosso c/ molho de tomate Carne moída c/ cenoura picada Abobrinha refogada (corte meia lua) Salada de alface	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos refogado Repolho refogado Salada de cenoura ralada
		SERVIÇO SOBREMESA	Maçã	Doce de banana individual	Melancia	
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE TARDE	Composto lácteo de chocolate Biscoito tipo salgado	Leite integral pasteurizado batido c/ mamão Bisnaguinha c/ margarina	Leite integral pasteurizado c/ achocolatado Biscoito tipo aveia e mel	Salada de frutas (maçã / banana nanica / mamão / suco de laranja)
		SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Sopa de: Arroz branco / Feijão carioca Frango em cubos / Acelga / Abóbora / Chuchu	Sopa de: Mandioca / Abobrinha Carne moída / Escarola / Cenoura	Arroz branco Feijão carioca Postas de Peixe c/ batata inglesa e tomate Salada de escarola	Batata inglesa sauté Ovo mexido Salada de alface e beterraba ralada
		SERVIÇO SOBREMESA		Melão	Doce de banana individual	Banana nanica

FERIADO
DIA FUNCIONÁRIO PÚBLICO

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1.140 KCAL / CHO 175 g / PTN 51 g / LIP 26 g / Fe 09 mg / Sódio 989 mg / Zn 06 mg / Ca 629 mg / VIT A 858 mcg / Mg 198 mg / VIT C 45 mg / Fibras 14 g

Cardápio período parcial: VCT 664 KCAL / CHO 102 g / PTN 28 g / LIP 16 g / Fe 05 mg / Sódio 725 mg / Zn 03 mg / Ca 345 mg / VIT A 374 mcg / Mg 109 mg / VIT C 19 mg / Fibras 08 g

SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS PARCIAIS E INTEGRAIS.

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.