



EMEF PARCIAL (6 a 10 anos, 11 a 15 anos) / MARCENARIA / MAIS EDUCAÇÃO/ EMEPB CELSO CHARURI/ EGYDIO PEDRESCHI (Parcial 30%)

CARDÁPIO I

Dia	Lanche Manhã: a partir das 9h	Almoço (Manhã: a partir das 11:30h / Tarde: a partir das 12:30h)	Lanche da Tarde: a partir das 15h	Fruta: a partir das 17h
	1ª semana	1ª semana	1ª semana	1ª semana
1	FERIADO			
2	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, carne moída refogada, purê de inhame	Ovo mexido, maçã gala	Maçã Gala
3	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, tangerina ponkan	Arroz, feijão, pernil refogado, vagem macarrão refogada	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, tangerina ponkan	Tangerina P
4	Pão hot dog c/ carne tiras, banana nanica	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, salada de mandioca ao vinagrete	Pão francês c/ carne tiras, banana nanica	Banana nanica
5	Omelete de legumes (abob ital.+cen), mamão formosa	Arroz, feijão, frango (peito) em cubos acebolado, quibebe de abóbora japonesa	Omelete de legumes (abob ital.+cen), mamão formosa	Mamão Formosa
	2ª semana	2ª semana	2ª semana	2ª semana
8	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, pera willians	Arroz, feijão, filé mignon suino IQF ao molho, chuchu refogado	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, pera willians	Pera Willians
9	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, picadinho de carne em cubos com batata e cenoura	Ovo mexido, maçã gala	Maçã Gala
10	Torta caseira de legumes (abob ital+tom), tangerina murcote	Arroz, feijão, pernil acebolado, repolho roxo refogado	Torta caseira de legumes (abob ital+tom), tangerina murcote	Tangerina murcote
11	Pão hot dog c/ carne cubos, caqui	Arroz, feijão, polenta ao sugo, coxa e sobrecoxa assada, salada de rúcula	Pão francês c/ carne cubos, caqui	Caqui
12	Biscoito maisena, iogurte de morango, banana nanica	Arroz, feijão, frango (sassami) refogado com tomate e cebola, batata doce rosada refogada	Biscoito maisena, iogurte de morango, banana nanica	Banana nanica
	3ª semana	3ª semana	3ª semana	3ª semana
15	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, carne tiras IQFrefogada, purê de cará com cenoura	Ovo mexido, maçã gala	Maçã Gala
16	Bolo fofo, leite c/ cacau, abacaxi	Arroz, tutu de feijão, filé mignon suino refogado, abobrinha brasileira refogada	Bolo fofo, leite c/ cacau, abacaxi	Abacaxi
17	Pão hot dog c/ requeijão caseiro, leite c/ cacau, tangerina ponkan	Macarrão parafuso ao alho e óleo, coxa e sobrecoxa assada, caponata de berinjela	Pão hot dog c/ requeijão caseiro, leite c/ cacau, tangerina ponkan	Tangerina P
18	Quibe de aveia ao forno, suco de laranja, melancia	Arroz, feijão, pernil ao molho de tomate, espinafre refogado, salada de pepino japonês	Quibe de aveia ao forno, suco de laranja, melancia	Melancia
19	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, banana prata	Arroz, feijão, strogonoff de frango (peito), mandioca cozida, salada de rúcula	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, banana prata	Banana prata
	4ª semana	4ª semana	4ª semana	4ª semana
22	Pão hot dog c/ mant, vitamina de abacate, maçã gala	Arroz, feijão, carne moída refogada, salada de abóbora seca	Pão hot dog c/ mant, vitamina de abacate, maçã gala	Maçã Gala
23	Ovo mexido, pera willians	Arroz, feijão, peixe assado com batata, purê de ervilha seca	Ovo mexido, pera willians	Pera Willians
24	Torta caseira de frango (sassami), suco de maçã integral, banana nanica	Arroz, feijão preto, pernil refogado, farofa de espinafre, vinagrete	Torta caseira de frango (sassami), suco de maçã integral, banana nanica	Banana nanica
25	Rosquinha de coco, frapê de chocolate c/ banana e aveia, mamão	Arroz, feijão, frango (sassami) refogado com milho, acelga refogada	Rosquinha de coco, frapê de chocolate c/ banana e aveia, mamão	Mamão
26	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, abacaxi	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, salada de mandioquinha cozida	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, abacaxi	Abacaxi
	5ª semana	5ª semana	5ª semana	5ª semana
29	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, mamão formosa	Arroz, feijão, carne tiras IQF refogada, berinjela refogada	Pão hot dog c/ mant, leite c/ cacau, mamão formosa	Mamão formosa
30	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, filé mignon suino acebolado, chuchu refogado	Ovo mexido, maçã gala	Maçã Gala
31	Biscoito cream cracker, leite c/ cacau, caqui	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada, salada de alface, salada de grão de bico	Biscoito cream cracker, leite c/ cacau, caqui	Caqui

Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Os gêneros alimentícios que compõe 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 da Divisão de Nutrição Escolar.

  
Laressa Cristina de Oliveira  
CRN3 55604  
Responsável Técnica