

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF - CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS**
**MÊS: NOVEMBRO/2019**

Refeição	11/4/2019	11/5/2019	11/6/2019	11/7/2019	11/8/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Vitamina de banana com aveia Biscoito salgado	Creme de chocolate	Leite Biscoito doce	Leite PÃO com MARGARINA	Leite Bolo de cenoura
<b>ALMOÇO</b>	Macarrão com molho de sardinha Salada de almeirão com beterraba ralada e tomate  Arroz simples Feijão simples  Mamão	Ovos mexidos com cheiro verde Cenoura refogada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão batido  Maçã	Coxa e sobre coxa assada Jardineira de legumes (batata, cenoura, vagem, milho e azeitona)  Arroz simples Feijão simples  Melancia	Carne em cubos ao molho sugo Repolho refogado Salada de tomate  Arroz simples Feijão simples  Banana prata	Feijão Tropeiro (pernil em iscas, ovos mexidos, farinha de mandioca, feijão) Salada de COUVE com laranja picada  Arroz simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Leite Banana prata	Vitamina de maçã	Arroz doce	Leite Abacate	Frapê de maracujá
<b>JANTAR</b>	Polenta à Baiana com molho de frango (filé de frango em cubos, com adição de abobrinha e tomate ao molho e fubá)	Estrogonofe à Vidigal com carne (carne bovina em iscas, cenoura, molho de tomate e aveia) Arroz simples	Carne ensopada com batata doce e molho de tomate Arroz simples  Maçã	Feijão enriquecido (pernil em iscas, moranga, beterraba, feijão preto)  Arroz simples	Arroz temperado com frango, cenoura, tomate (filé de frango em cubos, cenoura, tomate, arroz)  Limonada Suíça

\* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF - CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS**
**MÊS: NOVEMBRO/2019**

Refeição	11/11/2019	11/12/2019	11/13/2019	11/14/2019	11/15/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite Biscoito salgado	Creme com banana caramelada	Limonada Suíça PÃO com ovos mexidos	Leite Bolo de chocolate com aveia	<b>FERIADO</b>
<b>ALMOÇO</b>	Carne moída refogada Inhame ensopado Salada de acelga com cenoura ralada  Arroz simples Feijão simples  Mamão	Pernil em cubos ao molho sugo Chuchu refogado Salada de beterraba ralada  Arroz simples Feijão preto  Melão	Ovos cozidos ao molho de tomate Moranga acebolada Salada de tomate  Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe à Vidigal com frango (filé em frango em iscas, cenoura e aveia) Batata Corada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples  Maçã	
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Leite Banana prata	Vitamina de banana com mamão Bolo de maracujá	Frapê de maracujá	Leite Biscoito salgado	
<b>JANTAR</b>	Arroz Chinês com frango (filé de frango em iscas, ovos mexidos, abobrinha, tomate e arroz)	Polenta à Baiana (carne bovina, adicionar abobrinha e chuchu ao molho de tomate e fubá)	Macarrão com molho de carne (carne bovina em cubos, com adição de cenoura e tomate ao molho)	Baião de três com pernil (pernil em cubos, COUVE, arroz e feijão)  Laranja picada	

\* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF - CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS**
**MÊS: NOVEMBRO/2019**

Refeição	11/18/2019	11/19/2019	11/20/2019	11/21/2019	11/22/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite com chocolate Biscoito doce	Vitamina de maçã com aveia Biscoito salgado	Leite Bolo de limão	Leite PÃO com MARGARINA	Leite com chocolate Biscoito doce
<b>ALMOÇO</b>	Macarronada com ovos cozidos ao molho sugo Salada de cenoura e tomate  Arroz simples Feijão simples  Maçã	Carne ensopada Batata doce corada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão batido	Pernil em iscas ensopado Repolho com cenoura refogados Salada de tomate  Arroz simples Feijão simples  Melão	Picadinho de carne com cebola Cenoura sauté Salada de tomate  Arroz simples Feijão simples  Manga	Frango em cubos refogado Polenta ao molho sugo Chuchu refogado Salada de beterraba cozida  Arroz simples Feijão simples  Melancia
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Leite Abacate	Arroz doce	Frapê de maracujá	Vitamina de maçã	Leite Biscoito salgado
<b>JANTAR</b>	Batata gratinada com sardinha (batata, cebola, tomate, pimentão, molho de tomate e sardinha) Arroz simples Laranja	Arroz temperado com frango (iscas de filé de frango, cenoura, vagem, molho de tomate)  Melancia	Estrogonofe à Vidigal com carne (carne bovina, cenoura, molho de tomate e aveia) Arroz simples	Escondidinho de frango (purê misto de moranga e batata acompanhado de molho de frango com tomate)	Tutu de feijão com molho de pernil e tomate (pernil em iscas, COUVE refogada, feijão carioca e farinha de mandioca) Limonada Suíça

\* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL NA EMEF - CRIANÇAS DE 1 A 5 ANOS**
**MÊS: NOVEMBRO/2019**

Refeição	11/25/2019	11/26/2019	11/27/2019	11/28/2019	11/29/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Leite Biscoito doce	Creme de chocolate	Suco de laranja com cenoura PÃO com ovos cozidos	Leite Bolo de maçã com aveia	Leite com chocolate Biscoito salgado
<b>ALMOÇO</b>	Carne em cubos de panela Abobrinha refogada Salada de acelga com tomate  Arroz simples Feijão batido  Mamão	Pernil em cubos aceboladas Moranga ensopada Salada de COUVE com tomate  Arroz simples Feijão simples  Banana prata	Estrogonofe de frango Batata sauté Salada de repolho com tomate  Arroz simples Feijão simples  Maçã	Carne refogada com cebola Inhame ensopado Salada de chuchu com cheiro verde  Arroz simples Feijão simples  Laranja	Ovos cozidos ao molho sugo Virado de cenoura Salada de ALFACE com beterraba ralada  Arroz simples Feijão simples  Melão
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Leite Banana nanica	Suco de manga Bolo Fim de Tarde	Leite Banana prata	Vitamina de abacate	Leite Maçã
<b>JANTAR</b>	Arroz temperado com frango, cenoura, vagem e tomate	Escondidinho de carne (purê de batata e molho de carne bovina com tomate)	Macarronada com molho de carne moída (carne bovina moída, com adição de cenoura cozida ao molho de tomate)	Carne em cubos ensopado com cenoura e tomate Arroz simples Limonada Suíça	Feijão enriquecido (pernil cubos, moranga, beterraba, feijão preto)  Laranja

\* Acrescentar CHEIRO VERDE nas preparações do Almoço e Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações.