

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS**
**CARDÁPIOS ENSINO FUNDAMENTAL | MÊS: AGOSTO/2019**

Refeição					8/1/2019	02/18/19
	Segunda	Terça	Quarta		Quinta	Sexta
CAFÉ DA MANHÃ <sup>1</sup>					Café com leite Biscoito salgado	Leite com chocolate PÃO com MARGARINA
ALMOÇO					Macarronada com ovos cozidos Salada de tomate e cenoura ralada  Arroz simples Feijão simples	Carne cozida Angu Salada de COUVE com tomate  Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE					Batata gratinada com sardinha (batata, cebola, tomate, molho de tomate, sardinha, azeitonas) Arroz simples	Caldo de feijão com pernil (pernil em cubos, COUVE, feijão)  Torradas (preparadas pela escola)
CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)						
Refeição					8/1/2019	02/18/19
	Segunda	Terça	Quarta		Quinta	Sexta
JANTAR					Batata gratinada com sardinha (batata, cebola, tomate, molho de tomate, sardinha, azeitonas) Arroz simples	Caldo de feijão com pernil (pernil em cubos, COUVE, feijão)  Torradas (preparadas pela escola)
LANCHE EJA EXTERNA					Café com leite Biscoito salgado	Leite com chocolate PÃO com MARGARINA

<sup>1</sup> A fruta do Lanche da Manhã deverá ser oferecida a todos os alunos do turno da MANHÃ, sejam do Ensino Regular ou da Escola Integrada. Para os alunos do período integral a fruta poderá ser oferecida no local destinado às atividades da Escola Integrada.

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

\*\*Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS**
**CARDÁPIOS ENSINO FUNDAMENTAL | MÊS: AGOSTO/2019**

Refeição	8/5/2019	8/6/2019	8/7/2019	8/8/2019	8/9/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Café com leite Biscoito doce Banana nanica	Suco de abacaxi PÃO com MARGARINA	Creme com banana caramelada	Leite Bolo de cenoura	Leite com chocolate Biscoito salgado Melão
<b>ALMOÇO</b>	Carne cozida com chuchu Farofa colorida (ovos, cenoura ralada, cebola, farinha de mandioca) Salada de almeirão  Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de frango Batata corada Salada de ALFACE com cenoura ralada  Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao sugo COUVE refogada Salada de cenoura cozida  Arroz simples Feijão simples  Laranja	Pernil bifes em cubos ao molho Maionese de legumes (batata, cenoura, vagem, milho, maionese)  Arroz simples Feijão simples	Linguiça acebolada Moranga refogada Salada de lentilha com tomate  Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Canjiquinha com pernil, abobrinha e tomate (pernil bifes em cubos, abobrinha, tomate e extrato de tomate)	Vitamina de abacate Broa de fubá com laranja	Arroz temperado com carne, cenoura e tomate	Macarronada com molho de ovos e bacon, adicionar cenoura ao molho de tomate	Baião de três com frango (frango em cubos, COUVE, arroz, feijão)
<b>CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)</b>					
Refeição	8/5/2019	8/6/2019	8/7/2019	8/8/2019	8/9/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Canjiquinha com pernil, abobrinha e tomate (pernil bifes em cubos, abobrinha, tomate e extrato de tomate)	Polenta com molho de carne (carne em cubos, adicionar chuchu ao molho de tomate)	Arroz temperado com carne, cenoura e tomate	Macarronada com molho de ovos e bacon, adicionar cenoura ao molho de tomate	Baião de três com frango (frango em cubos, COUVE, arroz, feijão)
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Café com leite Biscoito doce Banana nanica	Café com leite PÃO com MARGARINA Banana prata	Leite caramelado Biscoito salgado Maçã	Leite Bolo de cenoura	Leite com chocolate Biscoito salgado

<sup>1</sup> A fruta do Lanche da Manhã deverá ser oferecida a todos os alunos do turno da MANHÃ, sejam do Ensino Regular ou da Escola Integrada. Para os alunos do período integral a fruta poderá ser oferecida no local destinado às atividades da Escola Integrada.

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

\*\*Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS**
**CARDÁPIOS ENSINO FUNDAMENTAL | MÊS: AGOSTO/2019**

Refeição	8/12/2019	8/13/2019	8/14/2019	8/15/2019	8/16/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Vitamina de banana com aveia Biscoito salgado	Café com leite Bolo de banana	Leite com chocolate PÃO com MARGARINA	<b>FERIADO</b>	Café com leite Biscoito doce
<b>ALMOÇO</b>	Ovos mexidos com vagem Acelga refogada com alho e óleo Salada de cenoura cozida  Arroz simples Feijão simples  Melancia	Pernil em cubos refogado Angu Salada de COUVE com vinagrete  Arroz Simples Feijão preto	Frango assado Virado de cenoura (cenoura ralada, ovos mexidos, cebola e farinha de milho) Salada de chuchu com cheiro verde  Arroz simples Feijão simples		Macarrão com sardinha Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Escondidinho de carne (carne em cubos, batata, tomate) Arroz simples Banana nanica	Canjica (canjica, amendoim e coco)	Caldo de feijão com pernil em cubos e COUVE refogada  Torradas (preparada pela escola)		Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, aveia, molho de tomate) Arroz simples
<b>CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)</b>					
Refeição	8/12/2019	8/13/2019	8/14/2019	8/15/2019	8/16/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Escondidinho de carne (carne em cubos, batata, tomate) Arroz simples Banana prata	Arroz temperado com molho de frango com cenoura e tomate	Caldo de feijão com pernil em cubos e COUVE refogada  Torradas (preparada pela escola)	<b>FERIADO</b>	Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, aveia, molho de tomate) Arroz simples
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Leite caramelado Biscoito salgado Banana nanica	Café com leite Bolo de banana Banana prata	Leite com chocolate PÃO com MARGARINA Maçã		Café com leite Biscoito doce

<sup>1</sup> A fruta do Lanche da Manhã deverá ser oferecida a todos os alunos do turno da MANHÃ, sejam do Ensino Regular ou da Escola Integrada. Para os alunos do período integral a fruta poderá ser oferecida no local destinado às atividades da Escola Integrada.

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

\*\*Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS**
**CARDÁPIOS ENSINO FUNDAMENTAL | MÊS: AGOSTO/2019**

Refeição	8/19/2019	8/20/2019	8/21/2019	8/22/2019	8/23/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Café com leite Biscoito salgado	Creme de chocolate	Leite Bolo de maracujá	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce Melão	Limonada suíça PÃO com MARGARINA
<b>ALMOÇO</b>	Ovos cozidos ao molho sugo Moranga refogada e acebolada  Arroz simples Feijão simples	Frango em cubos refogado Canjiquinha com repolho Salada de beterraba cozida  Arroz Simples Feijão simples	FEIJOADA (bife de pernil picado, linguiça, bacon, feijão preto) COUVE refogada Salada de vinagrete  Arroz Simples  Laranja picada	Frango em cubos refogado Repolhonese (repolho, cenoura, abacaxi, maionese, milho)  Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, aveia, molho de tomate) Batata corada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Polenta à Baiana com molho de linguiça (linguiça, adicionar chuchu e tomate ao molho, fubá)	Arroz temperado com carne, lentilha, cenoura e tomate	Macarronada com frango e legumes (frango em cubos, cenoura, repolho roxo e tomate, cortado em tiras, fazer tipo "macarrão na chapa" )	Frapê de maracujá Bolo Fim de Tarde	Baião de três com pernil (pernil em iscas, COUVE, arroz, feijão)
<b>CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)</b>					
Refeição	8/19/2019	8/20/2019	8/21/2019	8/22/2019	8/23/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Polenta à Baiana com molho de linguiça (linguiça, adicionar chuchu e tomate ao molho, fubá)	Arroz temperado com carne, lentilha, cenoura e tomate	Macarronada com frango e legumes (frango em cubos, cenoura, repolho roxo e tomate, cortado em tiras, fazer tipo "macarrão na chapa" )	Inhame ensopado com carne (carne em cubos, inhame, tomate) Arroz simples	Baião de três com pernil (pernil em iscas, COUVE, arroz, feijão)
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Café com leite Biscoito salgado Maçã	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite Bolo de maracujá	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce	Leite PÃO com MARGARINA

<sup>1</sup> A fruta do Lanche da Manhã deverá ser oferecida a todos os alunos do turno da MANHÃ, sejam do Ensino Regular ou da Escola Integrada. Para os alunos do período integral a fruta poderá ser oferecida no local destinado às atividades da Escola Integrada.

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

\*\*Cardápio sujeito a alterações.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS**
**CARDÁPIOS ENSINO FUNDAMENTAL | MÊS: AGOSTO/2019**

Refeição	8/26/2019	8/27/2019	8/28/2019	8/29/2019	8/30/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Vitamina de mamão com banana Biscoito salgado	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce Banana nanica	Leite Bolo de maçã com aveia	Café com leite PÃO com MARGARINA	Leite com chocolate Biscoito salgado Melancia
<b>ALMOÇO</b>	Carne cozida Abobrinha refogada com tomate Salada de almeirão  Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos com vagem Tutu de feijão com molho de tomate  Salada de COUVE  Arroz simples	Frango em cubos refogado Cenoura sauté Salada de lentilha ao vinagre  Arroz simples Feijão simples	Macarrão na "Chapa" (pernil em cubos refogado, repolho e cenoura refogados no alho e óleo, macarrão)  Arroz simples Feijão simples	Carne cozida Polenta ao sugo Salada de beterraba com cheiro verde  Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Batata gradinateda com sardinha (batata, cebola, molho de tomate, sardinha, milho) Arroz simples	Feijão Tropeiro (pernil em cubos, linguiça, bacon, farinha de mandioca, feijão, COUVE)  Suco de limão	Creme de chocolate  Banana prata	Sanduíche com molho de carne e salada de cenoura ralada e tomate  Suco de laranja	Frango em cubos com legumes (cenoura, chuchu, batata, frango em cubos e molho de tomate) Arroz simples

**CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)**

Refeição	8/26/2019	8/27/2019	8/28/2019	8/29/2019	8/30/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Batata gradinateda com sardinha (batata, cebola, molho de tomate, sardinha, milho) Arroz simples	Feijão Tropeiro (pernil em cubos, linguiça, bacon, farinha de mandioca, feijão, COUVE)  Suco de limão	Escondidinho de carne (carne bovina, batata, tomate) Arroz simples  Banana prata	Sanduíche com molho de carne e salada de cenoura ralada e tomate  OU Arroz temperado com molho de carne e salada de cenoura ralada e tomate  Suco de laranja	Frango em cubos com legumes (cenoura, chuchu, batata, frango em cubos e molho de tomate) Arroz simples
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Café com leite Biscoito salgado Banana nanica	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce Banana prata	Leite Bolo de maçã com aveia	Café com leite PÃO com MARGARINA Maçã	Leite com chocolate Biscoito salgado

<sup>1</sup> A fruta do Lanche da Manhã deverá ser oferecida a todos os alunos do turno da MANHÃ, sejam do Ensino Regular ou da Escola Integrada. Para os alunos do período integral a fruta poderá ser oferecida no local destinado às atividades da Escola Integrada.

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

\*\*Cardápio sujeito a alterações.