

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

Refeição	6/3/2019	6/4/2019	6/5/2019	6/6/2019	6/7/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ¹	Vitamina de banana com aveia Biscoito salgado	Creme de chocolate Banana prata	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce Melancia	Leite PÃO com MARGARINA	Café com leite Bolo de maracujá
ALMOÇO	Ovos cozidos ao molho sugo Almeirão refogado Tutu de feijão Salada de beterraba cozida Arroz simples Tangerina	Carne em cubos refogado Inhame ensopado Salada de abobrinha com tomate Arroz simples Feijão simples	FEIJOADA (pernil em cubos, linguiça, feijão preto) Farofa Dourada (farinha de mandioca, colorau) Salada de COUVE com laranja Arroz Simples	Frango em cubos refogado Macarrão ao sugo Salada de ALFACE com tomate e cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos Angu Salada de moranga acebolada Arroz simples Feijão simples
PRATO ÚNICO	Arroz temperado com carne, cenoura, vagem e tomate	Arroz doce Mamão	Batata gratinada com sardinha (batata, cebola, tomate, molho de tomate, sardinha, azeitonas) Arroz simples	Sanduíche com molho de pernil e salada de cenoura ralada com tomate Limonada suíça	Baião de três com frango (frango em cubos, COUVE, arroz, feijão)

CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)

Refeição	6/3/2019	6/4/2019	6/5/2019	6/6/2019	6/7/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PRATO ÚNICO EJA NOTURNO	Arroz temperado com carne, cenoura, vagem e tomate	Escondidinho de carne (carne bovina, batata, tomate) Arroz simples Mamão	Batata gratinada com sardinha (batata, cebola, tomate, molho de tomate, sardinha, azeitonas) Arroz simples	Sanduíche com molho de pernil e salada de cenoura ralada com tomate OU Canjiquinha com carne, cenoura e tomate Limonada suíça	Baião de três com frango (frango em cubos, COUVE, arroz, feijão)
LANCHE EJA EXTERNA	Leite caramelado Biscoito salgado Banana nanica	Leite com chocolate Biscoito doce Banana prata	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce	Leite PÃO com MARGARINA Maçã	Café com leite Bolo de maracujá

¹ 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: JUNHO/2019

Refeição	6/10/2019	6/11/2019	6/12/2019	6/13/2019	6/14/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ¹	Café com leite Biscoito salgado integral Mamão	Creme com banana caramelada	Suco de laranja com cenoura Bolo fim de tarde	Leite caramelado PÃO com MARGARINA	Leite com chocolate Biscoito doce Melão
ALMOÇO	Linguiça refogada Farofa colorida (cenoura, cebola, ovos mexidos e cheiro verde) Salada de acelga com tomate Arroz simples Feijão roxo simples	Ovos cozidos Maionese de legumes (batata, cenoura, vagem e maionese) Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe à Vidigal de frango (frango em iscas, cenoura, aveia, molho de tomate) Batata corada Salada de ALFACE com tomate Arroz simples Feijão simples	Omelete com cheiro verde Moranga acebolada Salada de lentilha com cenoura ralada e tomate Arroz simples Feijão simples	Pernil em iscas refogado Cenoura sauté Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples
PRATO ÚNICO	Macarronada com molho de ovos e adicionar cenoura ao molho de tomate Goiaba	Feijão enriquecido com pernil (pernil cubos, moranga, beterraba, feijão preto) Arroz simples	Creme de chocolate Banana prata	Sanduíche com molho de frango e salada de cenoura ralada e tomate Suco de laranja	Canjiquinha com carne e repolho (carne bovina em cubos, repolho, canjiquinha molho de tomate)
CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)					
Refeição	6/10/2019	6/11/2019	6/12/2019	6/13/2019	6/14/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PRATO ÚNICO EJA NOTURNO	Macarronada com molho de ovos e adicionar cenoura ao molho de tomate Goiaba	Feijão enriquecido com pernil (pernil cubos, moranga, beterraba, feijão preto) Arroz simples	Polenta com molho de carne (carne em cubos, adicionar chuchu ao molho de tomate) Banana prata	Sanduíche com molho de carne e salada de cenoura ralada e tomate OU Carne ensopada com molho de tomate e cenoura cozida Arroz simples Suco de laranja	Canjiquinha com carne e repolho (carne bovina em cubos, repolho, canjiquinha molho de tomate)
LANCHE EJA EXTERNA	Café com leite Biscoito salgado integral Goiaba	Café com leite Biscoito doce Banana prata	Leite Bolo fim de tarde	Leite caramelado PÃO com MARGARINA Maçã	Leite com chocolate Biscoito doce

¹ 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: JUNHO/2019

Refeição	6/17/2019	6/18/2019	6/19/2019	6/20/2019	6/21/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ¹	Vitamina de banana com aveia Biscoito doce	Creme de chocolate Banana prata	Café com leite PÃO com MARGARINA Melancia	Feriado	Leite com chocolate Biscoito salgado
ALMOÇO	Omelete com tomate e cheiro verde Moranga ensopada Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples Tangerina	Carne de panela Farofa colorida (ovos, cenoura ralada, cebola, farinha de milho) Salada de ALFACE com tomate Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao molho sugo Batata corada Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples		Macarrão com molho de sardinha Salada de cenoura com tomate Arroz simples Feijão simples
PRATO ÚNICO	Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, cenoura, tomate e aveia) Arroz simples	Canjica (canjica, amendoim e coco)	Carne em cubos com legumes (cenoura, chuchu, batata doce, frango em cubos e molho de tomate) Arroz simples		Caldo de feijão com pernil em cubos COUVE refogada Arroz simples

CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)

Refeição	6/17/2019	6/18/2019	6/19/2019	6/20/2019	6/21/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PRATO ÚNICO EJA NOTURNO	Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, cenoura, tomate e aveia) Arroz simples	Macarronada com linguiça e legumes (linguiça em cubos, abobrinha, cenoura, repolho roxo e tomate, cortado em tiras, fazer tipo "macarrão na chapa")	Carne em cubos com legumes (cenoura, chuchu, batata doce, frango em cubos e molho de tomate) Arroz simples	Feriado	Caldo de feijão com pernil em cubos COUVE refogada Arroz simples
LANCHE EJA EXTERNA	Café com leite Biscoito doce Banana nanica	Leite com chocolate PÃO com MARGARINA Banana prata	Café com leite PÃO com MARGARINA Maçã		Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito salgado

¹ 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: JUNHO/2019

Refeição	6/24/2019	6/25/2019	6/26/2019	6/27/2019	6/28/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
LANCHE DA MANHÃ¹	Vitamina de abacate Biscoito salgado	Leite PÃO com MARGARINA	Café com leite Bolo de limão	Leite caramelado Biscoito doce Melancia	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito salgado
ALMOÇO	Ovos cozidos com molho de tomate Tutu de feijão Cenoura sauté Arroz simples Goiaba	Carne em iscas refogado com repolho Farofa Dourada (farinha de mandioca, colorau) Salada de cenoura ralada Arroz Simples	Ovos mexidos Inhame ensopado Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Batata doce sauté Salada de ALFACE com tomate Arroz simples Feijão simples	Pernil em iscas refogado Canjiquinha com chuchu Salada de beterraba cozida Arroz simples Feijão simples
PRATO ÚNICO	Polenta com molho de carne (carne em cubos, adicionar chuchu ao molho de tomate)	Creme de chocolate Maçã	Sanduíche com molho de frango e salada de cenoura ralada com tomate Suco de maracujá	Macarronada com molho de ovos cozidos (ovos cozidos, adicionar cenoura ao molho de tomate)	Feijão Tropeiro (pernil bife em iscas, linguiça, farinha de mandioca, feijão, COUVE) Laranja
CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)					
Refeição	6/24/2019	6/25/2019	6/26/2019	6/27/2019	6/28/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
PRATO ÚNICO EJA NOTURNO	Polenta com molho de carne (carne em cubos, adicionar chuchu ao molho de tomate)	Arroz temperado com molho de carne (carne em cubos, vagem, cenoura, molho de tomate)	Sanduíche com molho de carne e salada de cenoura ralada com tomate OU Sopa de macarrão com carne picada, cenoura e molho de tomate. Suco de maracujá	Macarronada com molho de ovos cozidos (ovos cozidos, adicionar cenoura ao molho de tomate)	Feijão Tropeiro (pernil bife em iscas, linguiça, farinha de mandioca, feijão, COUVE) Laranja
LANCHE EJA EXTERNA	Café com leite Biscoito salgado Maçã	Leite PÃO com MARGARINA	Café com leite Bolo de limão	Leite caramelado Biscoito doce	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito salgado

¹ 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.