

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

Refeição	4/29/2019	4/30/2019	5/1/2019	5/2/2019	5/3/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>LANCHE DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Café com leite Biscoito salgado Banana prata	Leite caramelado Bolo de cenoura Melancia	<b>Feriado</b>	Suco de laranja PÃO com MARGARINA	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce
<b>ALMOÇO</b>	Ovos cozidos ao molho sugo Cenoura sauté Salada de beterraba ralada  Arroz simples Feijão batido	Frango em cubos refogado Inhame ensopado Salada de repolho roxo  Arroz simples Feijão simples		Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, aveia, cenoura, molho de tomate) Batata corada Salada de ALFACE  Arroz simples Feijão simples	Linguiça assada Canjiquinha com repolho Salada de COUVE  Arroz Simples Feijão simples
<b>PRATO ÚNICO</b>	Macarronada com linguiça e legumes (linguiça em cubos, abobrinha, cenoura, repolho roxo e tomate, cortado em tiras, fazer tipo "macarrão na chapa" )	Feijão enriquecido (pernil em iscas, moranga, beterraba, feijão preto)		Vitamina de abacate Bolo Fim de Tarde	Arroz temperado com frango, lentilha, cenoura e tomate

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

Refeição	4/29/2019	4/30/2019	5/1/2019	5/2/2019	5/3/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>PRATO ÚNICO EJA NOTURNO</b>	Macarronada com linguiça e legumes (linguiça em cubos, abobrinha, cenoura, repolho roxo e tomate, cortado em tiras, fazer tipo "macarrão na chapa" )	Feijão enriquecido (pernil em iscas, moranga, beterraba, feijão preto)	<b>Feriado</b>	Polenta à Baiana com molho de carne (carne em cubos, adicionar chuchu e tomate ao molho, fubá)	Arroz temperado com frango, lentilha, cenoura e tomate
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Café com leite Biscoito salgado Banana nanica	Leite caramelado Bolo de cenoura Banana prata		Café com leite PÃO com MARGARINA Maçã	Cappuccino (preparado pela escola) 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: MAIO/2019**

Refeição	5/6/2019	5/7/2019	5/8/2019	5/9/2019	5/10/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>LANCHE 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 Melão
<b>ALMOÇO</b>	Carne cozida com abobrinha Polenta ao sugo Salada de chuchu com cheiro verde  Arroz simples Feijão simples	Macarrão na "Chapa" (pernil em iscas refogado, repolho e cenoura refogados no alho e óleo, macarrão)  Arroz simples Feijão simples	Frango em cubos refogado Cenoura sauté Salada de lentilha ao vinagrete  Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos com vagem Tutu de feijão com molho de tomate  Salada de COUVE  Arroz simples	Carne de Panela Moranga acebolada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples
<b>PRATO ÚNICO</b>	Batata gradinada com sardinha (batata, cebola, molho de tomate, sardinha, azeitonas) Arroz simples	Farofão com carne e ovos (carne em cubos, ovos, tomate, cenoura ralada, farinha de mandioca)  Suco de limão	Creme de chocolate  Banana prata	Sanduíche com molho de frango e salada de cenoura ralada e tomate  Suco de laranja	Baião de três com pernil (pernil em cubos, COUVE, arroz, feijão)

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

Refeição	5/6/2019	5/7/2019	5/8/2019	5/9/2019	5/10/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>PRATO ÚNICO EJA NOTURNO</b>	Batata gradinada com sardinha (batata, cebola, molho de tomate, sardinha, azeitonas) Arroz simples	Farofão com carne e ovos (carne em cubos, ovos, tomate, cenoura ralada, farinha de mandioca)  Suco de limão	Escondidinho de carne (carne bovina, batata, tomate) Arroz simples  Banana prata	Sanduíche com molho de frango e salada de cenoura ralada e tomate  OU Frango ensopado com molho de tomate e cenoura cozida Arroz simples  Suco de laranja	Baião de três com pernil (pernil em cubos, COUVE, arroz, feijão)
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Café com leite Biscoito salgado Banana nanica	Café com leite Biscoito doce Banana prata	Leite Bolo de maçã com aveia	Leite caramelado 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.

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

Refeição	5/13/2019	5/14/2019	5/15/2019	5/16/2019	5/17/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>LANCHE DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Cappuccino (preparado pela escola) PÃO com MARGARINA Mamão	Creme com banana caramelada	Leite caramelado Biscoito salgado integral Melancia	Suco de maracujá Biscoito doce	Café com leite Bolo de cenoura
<b>ALMOÇO</b>	Linguiça assada Chuchu refogado com alho dourado  Arroz colorido com lentilha (cenoura, lentilha, milho, azeitona, arroz) Feijão batido	Ovos cozido com molho de tomate Maionese de legumes (batata, cenoura, vagem e maionese)  Arroz simples Feijão simples	Frango em cubos ensopado Farofa colorida (ovos, cenoura ralada, cebola, farinha de mandioca) Salada de COUVE  Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de carne Batata corada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples	Pernil em cubos refogado Repolho refogado Salada de tabule  Arroz simples Feijão simples
<b>PRATO ÚNICO</b>	Macarronada com molho de ovos e adicionar cenoura ao molho de tomate	Feijão Tropeiro (pernil bife em cubos, linguiça, ovos, farinha de mandioca, feijão, COUVE)  Suco de laranja com limão	Vitamina de abacate  Broa de fubá com laranja	Canjiquinha com frango, abobrinha e tomate (frango em cubos, abobrinha, tomate e extrato de tomate)	Carne em cubos com legumes (cenoura, chuchu, batata doce, frango em cubos e molho de tomate) Arroz simples

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

Refeição	5/13/2019	5/14/2019	5/15/2019	5/16/2019	5/17/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>PRATO ÚNICO EJA NOTURNO</b>	Macarronada com molho de ovos e adicionar cenoura ao molho de tomate	Feijão Tropeiro (pernil bife em cubos, linguiça, ovos, farinha de mandioca, feijão, COUVE)  Suco de laranja com limão	Polenta com molho de carne (carne em cubos, adicionar chuchu ao molho de tomate)	Canjiquinha com frango, abobrinha e tomate (frango em cubos, abobrinha, tomate e extrato de tomate)	Carne em cubos com legumes (cenoura, chuchu, batata doce, frango em cubos e molho de tomate) Arroz simples
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Leite com chocolate PÃO com MARGARINA Banana nanica	Leite Biscoito doce Banana prata	Café com leite Broa de fubá com laranja	Leite caramelado Biscoito salgado integral Maçã	Café com leite Bolo de cenoura

<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: MAIO/2019**

Refeição	5/20/2019	5/21/2019	5/22/2019	5/23/2019	5/24/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>LANCHE DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Vitamina de banana com mamão Biscoito salgado	Leite PÃO com MARGARINA	Café com leite Bolo de limão	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce Melão	Creme de chocolate Biscoito salgado
<b>ALMOÇO</b>	Ovos cozidos com molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Salada de cenoura ralada com tomate  Arroz simples Feijão batido	Pernil em cubos refogado Canjiquinha com repolho Salada de COUVE com vinagrete  Arroz Simples Feijão simples	Batata gratinada com sardinha Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples	Omelete assada com cenoura Moranga refogada Salada de pepino com tomate  Arroz simples Feijão simples	Frango em iscas refogado com pimentão Virado de cenoura (cenoura ralada, ovos mexidos, cebola e farinha de milho) Salada de chuchu  Arroz simples Feijão simples
<b>PRATO ÚNICO</b>	Escondidinho de carne (carne em cubos, batata, tomate) Arroz simples Banana prata	Sanduíche com molho de frango e salada de cenoura ralada com tomate Suco de maracujá	Baião de três com pernil (pernil em iscas, COUVE, arroz, feijão)	Canjica (canjica, amendoim e coco)	Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, aveia, molho de tomate) Arroz simples

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

Refeição	5/20/2019	5/21/2019	5/22/2019	5/23/2019	5/24/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>PRATO ÚNICO EJA NOTURNO</b>	Escondidinho de carne (carne em cubos, batata, tomate) Arroz simples Banana prata	Sanduíche com molho de frango e salada de cenoura ralada com tomate OU Farofão com frango picado, ovos mexidos, cenoura ralada e tomate  Suco de maracujá	Baião de três com pernil (pernil em iscas, COUVE, arroz, feijão)	Arroz temperado com molho de frango com cenoura e tomate  Suco de maracujá	Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, aveia, molho de tomate) Arroz simples
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Café com leite Biscoito salgado Banana nanica	Leite PÃO com MARGARINA Banana prata	Café com leite Bolo de limão	Leite caramelado Biscoito doce 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.

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

Refeição	5/27/2019	5/28/2019	5/29/2019	5/30/2019	5/31/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>LANCHE DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Suco de abacaxi Biscoito doce	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce	Creme com banana caramelada	Leite caramelado PÃO com MARGARINA Melancia	Café com leite Bolo de cenoura
<b>ALMOÇO</b>	Ovos cozidos com molho de tomate Tutu de feijão Salada de ALFACE com beterraba ralada  Arroz simples	Frango em cubos refogado Maionese de legumes (batata, cenoura, vagem e maionese)  Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos com cenoura ralada Moranga acebolada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples	FEIJOADA (bife de pernil picado, linguiça, feijão preto) Farofa Dourada (farinha de mandioca, colorau) Salada de COUVE ao vinagrete  Arroz Simples  Laranja picada	Estrogonofe à Vidigal de carne (carne em iscas, aveia, molho de tomate) Batata corada Salada de repolho roxo com tomate  Arroz simples Feijão simples
<b>PRATO ÚNICO</b>	Polenta à Baiana com molho de linguiça (linguiça, adicionar chuchu e tomate ao molho, fubá)  Tangerina	Suco de laranja com mamão Bolo Fim de Tarde	Macarronada com frango e legumes (frango em cubos, cenoura, repolho e tomate, cortado em tiras, fazer tipo "macarrão na chapa" )	Arroz temperado com ovos mexidos, lentilha, cenoura e tomate	Baião de três com pernil (pernil em iscas, COUVE, arroz, feijão)

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

Refeição	4/29/2019	4/30/2019	5/1/2019	5/2/2019	5/3/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>PRATO ÚNICO EJA NOTURNO</b>	Polenta à Baiana com molho de linguiça (linguiça, adicionar chuchu e tomate ao molho, fubá)  Tangerina	Escondidinho de carne (carne em cubos, batata, tomate) Arroz simples	Macarronada com frango e legumes (frango em cubos, cenoura, repolho e tomate, cortado em tiras, fazer tipo "macarrão na chapa" )	Arroz temperado com ovos mexidos, lentilha, cenoura e tomate	Baião de três com pernil (pernil em iscas, COUVE, arroz, feijão)
<b>LANCHE EJA EXTERNA</b>	Café com leite Biscoito doce Banana nanica	Leite com chocolate Bolo Fim de Tarde Banana prata	Café com leite Biscoito doce Maçã	Leite caramelado PÃO com MARGARINA	Café com leite Bolo de cenoura

<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.