

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS - ENSINO FUNDAMENTAL**
**CARDÁPIO MÊS: SETEMBRO/2019**

Refeição	9/2/2019	9/3/2019	9/4/2019	9/5/2019	9/6/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Café com leite Biscoito doce	Creme de chocolate	Suco de manga PÃO com MARGARINA	Leite com chocolate Biscoito salgado Melão	Café com leite Pão de Ló com fubá e maçã (bolo)
<b>ALMOÇO</b>	Virado de abobrinha com ovos cozidos e cenoura ralada Acelga refogada com tomate  Arroz simples Feijão batido  Maçã	Pernil em iscas aceboladas Moranga ensopada Salada de repolho com milho  Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de frango Batata sauté Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples	Linguiça acebolada Inhame ensopado Salada de tomate  Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Chuchu refogado Salada de COUVE  Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Arroz temperado com carne, lentilha, cenoura, vagem e tomate	Vitamina de abacate Bolo Fim de Tarde	Macarronada com ovos cozidos (ovos cozidos, adicionar cenoura cozida ao molho de tomate, macarrão parafuso)	Sanduíche com molho de frango e adicionar cenoura ao molho de tomate. Limonada Suíça	Feijoada (pernil bife em cubos, linguiça, bacon, COUVE, feijão preto) Arroz simples Laranja

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

Refeição	9/2/2019	9/3/2019	9/4/2019	9/5/2019	9/6/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Arroz temperado com carne, lentilha, cenoura, vagem e tomate	Escondidinho de carne (fazer o purê misto de batata com moranga e molho de carne bovina)	Macarronada com ovos cozidos (ovos cozidos, adicionar cenoura cozida ao molho de tomate, macarrão parafuso)	Sanduíche com molho de frango e adicionar cenoura ao molho de tomate.  OU Frango em cubos ensopado com cenoura e tomate e Arroz simples Limonada Suíça	Feijoada (pernil bife em cubos, linguiça, bacon, COUVE, feijão preto) Arroz simples Laranja
<b>LANCHE</b>	Café com leite Biscoito doce Maçã	Leite com chocolate Bolo Fim de Tarde	Café com leite PÃO com MARGARINA	Leite com chocolate Biscoito salgado	Café com leite Pão de Ló com fubá e maçã (bolo)

<sup>1</sup> A fruta do Café 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 Refeição da tarde (nas preparações salgada) e no Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações. Os itens em maiúsculas deverão ser adquiridos pela unidade.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS - ENSINO FUNDAMENTAL**
**CARDÁPIO MÊS: SETEMBRO/2019**

Refeição	9/9/2019	9/10/2019	9/11/2019	9/12/2019	9/13/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Leite caramelado Biscoito doce	Vitamina de banana com aveia Biscoito salgado	Café com leite PÃO com ovos mexidos	Cappuccino (preparado pela escola) Bolo de cenoura	Leite com chocolate Biscoito doce Melancia
<b>ALMOÇO</b>	Macarrão parafuso com molho de sardinha Salada de almeirão com tomate  Arroz simples Feijão simples  Mamão	Ovos cozidos ao sugo Maionese de legumes (batata, cenoura, vagem)  Arroz simples Feijão simples  Laranja	Frango em cubos acebolado Repolho refogado Salada de beterrada cozida  Arroz simples Feijão simples	Carne ao molho ferrugem Batata doce sauté Salada de tomate  Arroz simples Feijão batido	Feijão Tropeiro (pernil em cubos, linguiça, bacon, ovos mexidos, farinha de mandioca, feijão) Salada de COUVE com tomate  Arroz simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Estrogonofe a vidigal com carne (carne bovina em iscas, cenoura, molho de tomate, aveia) Arroz simples	Feijão enriquecido (pernil cubos, moranga, beterraba, feijão preto) Arroz simples	Creme de chocolate Maçã	Sanduíche com molho de carne (carne bovina ao molho, salada de ALFACE com tomate, PÃO) Suco de abacaxi	Polenta à Baiana com molho de frango (frango em cubos, adicionar chuchu e tomate ao molho, fubá)
<b>CARDÁPIOS EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA)</b>					
Refeição	9/9/2019	9/10/2019	9/11/2019	9/12/2019	9/13/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Estrogonofe a vidigal com carne (carne bovina em iscas, cenoura, molho de tomate, aveia) Arroz simples	Feijão enriquecido (pernil cubos, moranga, beterraba, feijão preto) Arroz simples	Caldo de feijão com linguiça e COUVE. Torradas (preparadas pela escola)	Sanduíche com molho de carne (carne bovina ao molho, salada de ALFACE com tomate, PÃO) Suco de abacaxi	Polenta à Baiana com molho de frango (frango em cubos, adicionar chuchu e tomate ao molho, fubá)
<b>LANCHE</b>	Leite caramelado Biscoito doce Banana prata	Café com leite Biscoito salgado Banana prata	Café com leite PÃO com MARGARINA	Cappuccino (preparado pela escola) Bolo de cenoura	Leite de chocolate Biscoito doce Maçã

<sup>1</sup> A fruta do Café 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 Refeição da tarde (nas preparações salgada) e no Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações. Os itens em maiúsculas deverão ser adquiridos pela unidade.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS - ENSINO FUNDAMENTAL**
**CARDÁPIO MÊS: SETEMBRO/2019**

Refeição	9/16/2019	9/17/2019	9/18/2019	9/19/2019	9/20/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Leite caramelado Biscoito salgado Banana nanica	Creme com banana caramelada	Limonada suíça PÃO com MARGARINA	Leite com chocolate Biscoito doce Melão	Café com leite Bolo Fim de Tarde
<b>ALMOÇO</b>	Estrogonofe à Vidigal com carne (carne bovina, cenoura, aveia) Batata Corada Salada de acelga com milho  Arroz simples Feijão simples	Frango em cubos ao sugo Chuchu refogado Salada de lentilha com tomate e cenoura  Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos ao molho de tomate Cenoura sauté Salada de ALFACE com laranja em cubinhos  Arroz simples Feijão simples	Frango assado Inhame ensopado Salada de cenoura ralada  Arroz simples Feijão simples	Feijoada (feijão preto, iscas de pernil, linguiça e bacon) Farofa Dourada (farinha de mandioca, colorau) Salada de COUVE com cenoura cozida  Arroz Simples  Laranja picada
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Farofão de arroz com carne (carne bovina em cubos, arroz, farinha de mandioca, abobrinha etomate) Limonada suíça	Arroz doce Mamão	Arroz Chinês (linguiça, ovos mexidos, cenoura, tomate, arroz)	Sanduíche com molho pernil (pernil bife em iscas ao molho, salada de alface com tomate, pão)  Suco de maracujá	Baião de três com frango (frango em cubos, COUVE, arroz, feijão, farinha de mandioca)

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

Refeição	9/16/2019	9/17/2019	9/18/2019	9/19/2019	9/20/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Farofão de arroz com carne (carne bovina em cubos, arroz, farinha de mandioca, abobrinha etomate) Limonada suíça	Polenta à Baiana (carne bovina, ascrentar abobrinha e chuchu ao molho de tomate, fubá)  Mamão	Arroz Chinês (linguiça, ovos mexidos, cenoura, tomate, arroz)	Pernil em cubos com legumes (pernil em cubos, moranga, chuchu, batata) Arroz simples Suco de maracujá	Baião de três com frango (frango em cubos, couve, arroz, feijão, farinha de mandioca)
<b>LANCHE</b>	Leite Biscoito salgado Banana nanica	Café com leite Biscoito doce Banana prata	Leite caramelado PÃO com MARGARINA Maçã	Leite com chocolate Biscoito doce	Café com leite Bolo Fim de Tarde

<sup>1</sup> A fruta do Café 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 Refeição da tarde (nas preparações salgada) e no Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações. Os itens em maiúsculas deverão ser adquiridos pela unidade.

**ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - ESCOLAS MUNICIPAIS - ENSINO FUNDAMENTAL**
**CARDÁPIO MÊS: SETEMBRO/2019**

Refeição	9/23/2019	9/24/2019	9/25/2019	9/26/2019	9/27/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>CAFÉ DA MANHÃ<sup>1</sup></b>	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce Banana nanica	Vitamina de abacate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce Melancia	Café com leite PÃO com MARGARINA	Leite caramelado Bolo de maracujá
<b>ALMOÇO</b>	Ovos cozidos ao molho sugo Cenoura sauté Salada de acelga com milho Tutu de feijão  Arroz simples  Mamão	Carne ensopada Salada de ALFACE com tomate  Arroz simples Feijão simples	Penil em cubos ensopado Repolho refogado Salada de trigoilho com tomate  Arroz simples Feijão simples	Isclas de carne aceboladas Cenoura sauté Salada de tomate  Arroz simples Feijão simples	Frango em cubos refogado Polenta ao molho sugo Chuchu refogado Salada de beterraba cozida  Arroz simples Feijão simples
<b>REFEIÇÃO DA TARDE</b>	Estrogonofe à Vidigal com carne (carne bovina, cenoura, molho de tomate, aveia) Arroz simples	creme de chocolate Banana prata	Batata gratinada com sardinha (batata, cebola, tomate, pimentão, molho de tomate, sardinha) Arroz simples Laranja	Escondidinho de frango (fazer purê misto de moranga com batata e molho de frango com tomate)	Feijão Tropeiro (pernil cubos, bacon, linguiça, COUVE, feijão carioca, farinha de mandioca) Limonada Suíça

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

Refeição	9/23/2019	9/24/2019	9/25/2019	9/26/2019	9/27/2019
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>JANTAR</b>	Estrogonofe à Vidigal com carne (carne bovina, cenoura, molho de tomate, aveia) Arroz simples	Arroz temperado com frango (iscas de filé de frango, cenoura, vagem, molho de tomate)	Batata gratinada com sardinha (batata, cebola, tomate, pimentão, molho de tomate, sardinha) Arroz simples Laranja	Escondidinho de frango (fazer purê misto de moranga com batata e molho de frango com tomate)	Feijão Tropeiro (pernil cubos, bacon, linguiça, COUVE, feijão carioca, farinha de mandioca) Limonada Suíça
<b>LANCHE</b>	Cappuccino (preparado pela escola) Biscoito doce Banana nanica	Café com leite Biscoito salgado Banana prata	Leite com chocolate Biscoito doce Maçã	Café com leite PÃO com MARGARINA	Leite caramelado Bolo de maracujá

<sup>1</sup> A fruta do Café 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 Refeição da tarde (nas preparações salgada) e no Jantar TODOS OS DIAS.

\*\*Cardápio sujeito a alterações. Os itens em maiúsculas deverão ser adquiridos pela unidade.