

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO 2021

DATA			12/1/2021	12/2/2021	12/3/2021
REFEIÇÃO			QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ			Suco de melancia PÃO com patê de ervas	Leite Salada de frutas de laranja e mamão	Leite com canela PÃO com MANTEIGA
ALMOÇO			Espaguete à bolonhesa Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de frango Batata sauté Salada de acelga Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com chuchu Salada de COUVE com laranja Arroz simples Feijão preto
REFEIÇÃO DA TARDE			Feijão enriquecido com carne bovina, moranga e beterraba Arroz simples	Baião com carne bovina, chuchu, COUVE e tomate	Galinhada (Filé de frango, cenoura e tomate) Mamão

Observação: Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela unidade.
Cardápio sujeito a alterações.



Rosana Maria Calazans
Nutricionista CRN 8893
BM 102.512-9

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO 2021

DATA	12/6/2021	12/7/2021	12/8/2021	12/9/2021	12/10/2021
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ		Leite caramelado PÃO com MANTEIGA		Vitamina rosê Maçã	Leite caramelado PÃO com MANTEIGA
ALMOÇO	ELEIÇÃO DIRETOR	Ovos cozidos ao molho de tomate Espaguete com cenoura e abobrinha Arroz simples Feijão simples Laranja pera	FERIADO	Carne moída com chuchu Inhame ensopado Arroz simples Feijão preto	Isclas de filé de frango ensopadas com cenoura e vagem Arroz simples Feijão Simples
REFEIÇÃO DA TARDE		Carne de panela com batata doce e moranga Arroz simples		Tutu de feijão com ragu de carne bovina Arroz à grega	Macarrão parafuso com molho de carne bovina, abobrinha e tomate Melancia

Observação: Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela unidade.
Cardápio sujeito a alterações.



Rosana Maria Calazans
Nutricionista CRN 8893
BM 102.512-9

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO 2021					
DATA	12/13/2021	12/14/2021	12/15/2021	12/16/2021	12/17/2021
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Frapê de manga Banana Prata	Leite caramelado PÃO com MANTEIGA	Suco de melancia PÃO com patê de ervas	Leite Salada de frutas de laranja e mamão	Leite com canela PÃO com MANTEIGA
ALMOÇO	Espaguete à bolonhesa Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com batata doce Abobrinha refogada Arroz simples Feijão simples	Frango oriental (cenoura, repolho, pimentão) Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de frango Batata <i>sauté</i> Arroz simples Feijão simples	Carne de panela com chuchu Arroz simples Feijão preto
REFEIÇÃO DA TARDE	Arroz temperado com carne bovina, abobrinha e tomate	Macarrão parafuso na chapa com filé de frango, repolho e cenoura Banana prata	Feijão enriquecido com carne bovina, moranga e beterraba Arroz simples	Baião com carne bovina, chuchu, COUVE e tomate	Galinhada (Filé de frango, cenoura e tomate) Mamão

Observação: Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela unidade.
Cardápio sujeito a alterações.



Rosana Maria Calazans
Nutricionista CRN 8893
BM 102.512-9

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO 2021					
DATA	12/20/2021	12/21/2021	12/22/2021	12/23/2021	
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	
CAFÉ DA MANHÃ	Leite caramelado PÃO com MANTEIGA	Leite com canela Bolo simples	Leite caramelado PÃO com MANTEIGA	Vitamina rosê Maçã	
ALMOÇO	Carne moída Inhame ensopado Arroz simples Feijão preto	Ovos mexidos Salada de cenoura ralada Arroz simples Feijão simples Laranja pera	Carne de panela Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogados com moranga Arroz simples Feijão simples	
REFEIÇÃO DA TARDE	Arroz chinês com carne bovina ovos, tomate, pimentão e acelga Banana Prata	Carne de panela com batata doce e moranga Arroz simples	Frango oriental com repolho e cenoura Arroz simples Melancia	Tutu de feijão com ragu de carne bovina Arroz à grega	

Observação: Gêneros grafados em maiúsculas são adquiridos pela unidade.
Cardápio sujeito a alterações.



Rosana Maria Calazans
Nutricionista CRN 8893
BM 102.512-9