

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL EM EMEF (3 a 5 anos e 11 meses)

AGOSTO/ 2022

DATA	01/08/2022	02/08/2022	03/08/2022	04/08/2022	05/08/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com canela Biscoito maisena	Vitamina de abacate Banana prata	Arroz Doce com amendoim	Leite Bolo de maçã com aveia	Leite saborizado com manga PÃO FRANCÊS com MANTEIGA
ALMOÇO	Carne moída refogada Salada de beterraba Cozida Salada de ALFACE Molho simples Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogado Macarrão parafuso ao alho e óleo Salada mix de repolho Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos Farofa de cenoura Arroz simples Feijão batido Tangerina	Cubos de pernil refogados Chuchu com molho branco Salada de tomate Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Batata doce ensopada Salada de ALFACE Molho de limão Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite PÃO DOCE simples	Leite Rosquinha de coco	Mamão Farinhadade leite em pó com aveia	Frapê de maracujá	Vitamina de abacate
JANTAR	Ovos mexidos com vagem e cenoura Arroz Simples Abacaxi	Polenta ao molho de carne bovina, cenoura e chuchu	Arroz temperado com trigoilho, filé de frango, cenoura e tomate	Feijoada com pernil Salada de COUVE Arroz simples	Caldo verde com filé de frango Melancia

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

Arroz com trigoilho: receita vencedora do Concurso de Receitas em 1º lugar. Cantineira Cidália Mendes dos Reis- Escola Municipal Prof. João Camilo de Oliveira Torres

Rosana
 Rosana Maria Calazans
 Nutricionista CRN 8893
 BM 102.512-9

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL EM EMEF (3 a 5 anos e 11 meses)

AGOSTO/ 2022

DATA	08/08/2022	09/08/2022	10/08/2022	11/08/2022	12/08/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Salada de frutas com laranja e maçã Farinhade leite em pó com aveia	Leite com canela PÃO DOCE simples com MANTEIGA	Vitamina de mamão Banana prata	Leite Rosquinha de coco	Leite com canela Bolo simples
ALMOÇO	Omelete Batata <i>sauté</i> Salada de COUVE com laranja Arroz simples Feijão simples	Estrogonofe de filé de frango Salada de ALFACE Molho de limão Arroz simples Feijão simples	Cubos de pernil assados com molho barbecue Inhame ensopado Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango com ORA-PRO-NÓBIS Polenta Arroz simples Feijão batido	Cubos de pernil refogado Cenoura <i>sauté</i> Salada de pepino Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Banana	Canjica com amendoim	Leite Maçã	Suco de limão com COUVE PÃO FANCÊS com MANTEIGA	Vitamina Rosé
JANTAR	Macarrão na chapa com filé de frango, repolho e cenoura	Canjiquinha com filé de frango, chuchu e tomate Melão	Caldo de mandioca com carne bovina e tomate	Carne de panela com inhame e chuchu Arroz simples	Feijão enriquecido com pernil, moranga e beterraba Arroz simples Laranja pera

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

Caso não encontre o ora-pro-nobis do dia 11/08, pode-se substituir por outro folhoso. Consultar a supervisora de alimentação para orientações específicas.

Rosana
 Rosana Maria Calazans
 Nutricionista CRN 8893
 BM 102.512-9

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL EM EMEF (3 a 5 anos e 11 meses)

AGOSTO/ 2022

DATA	15/08/2022	16/08/2022	17/08/2022	18/08/2022	19/08/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Mingau de aveia	Leite Bolo de maracujá	Vitamina de banana Maçã	Leite saborizado com beterraba PÃO FRANCÊS com MANTEIGA	Leite Biscoito Cream Cracker
ALMOÇO	Ovos rancheiros Purê de batata Salada de almeirão Arroz simples Feijão simples Limonada suíça	Macarrão parafuso com molho de atum Salada de cenoura ralada Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Coxa e sobrecoxa assada com batata doce Salada de ALFACE Arroz simples Feijão simples	Carne de panela Moranga assada Salada de repolho Molho simples Arroz simples Feijão simples	Feijoada com pernil Virado de COUVE Arroz simples Melancia
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Banana prata	Vitamina de mamão	Leite Biscoito maisena	Leite com canela Broa de farinha de milho	Frapê de manga
JANTAR	Caldo de feijão carioca com pernil, moranga e COUVE	Estrogonofe à Vidigal com carne bovina, cenoura, tomate e aveia Arroz simples	Canja com Filé de frango, batata, cenoura e abobrinha	Pirão de carne bovina, cenoura e chuchu Tangerina	Polenta ao molho de pernil, cenoura e chuchu

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

Rosana Maria Calazans
 Rosana Maria Calazans
 Nutricionista CRN 8893
 BM 102.512-9

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL EM EMEF (3 a 5 anos e 11 meses)

AGOSTO/ 2022

DATA	22/08/2022	23/08/2022	24/08/2022	25/08/2022	26/08/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ	Limonada Ovos mexidos com farinha de mandioca	Vitamina de abacate Banana prata	Leite Rosquinha de chocolate	Leite com canela Pão de ló de fubá com banana	Leite PÃO DOCE simples com MANTEIGA
ALMOÇO	Cubos de pernil refogado Angu Salada de acelga Arroz simples Feijão batido	Filé de frango acebolado Moranga refogada Salada ALFACE Molho simples Arroz simples Feijão simples	Ovos cozidos Cenoura e chuchu sauté Arroz simples Tutu de feijão Laranja pêra	Bobó de frango Salada de COUVE Arroz simples Feijão simples	Pernil oriental (cenoura, repolho e pimentão) Arroz simples Feijão simples
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite Mamão	Leite Biscoito Cream Cracker	Vitamina de banana com aveia	Canjica com côco	Frapê de maracujá
JANTAR	Canjiquinha com pernil cenoura e repolho	Purê de batata com molho de carne bovina, tomate e vagem Arroz simples	Sopa de macarrão, filé de frango, abobrinha e inhame	Sopa de fubá com carne bovina, cenoura, batata e COUVE Melão	Galinhada com filé de frango

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

Rosana Maria Calazans
 Rosana Maria Calazans
 Nutricionista CRN 8893
 BM 102.512-9

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - EDUCAÇÃO INFANTIL EM EMEF (3 a 5 anos e 11 meses)

AGOSTO/ 2022

DATA	29/08/2022	30/08/2022	31/08/2022	01/09/2022	02/09/2022
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA		
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com canela Biscoito maisena	Vitamina de abacate Banana prata	Leite saborizado com manga PÃO FRANCÊS com MANTEIGA		
ALMOÇO	Carne moída refogada Salada de beterraba Cozida Salada de ALFACE Molho simples Arroz simples Feijão simples	Cubos de filé de frango refogado Macarrão parafuso ao alho e óleo Salada mix de repolho Arroz simples Feijão simples	Ovos mexidos Farofa de cenoura Arroz simples Feijão batido Tangerina		
REFEIÇÃO DA TARDE	Leite PÃO DOCE simples	Leite Rosquinha de coco	Mamão Farinhade leite em pó com aveia		
JANTAR	Ovos mexidos com vagem e cenoura Arroz Simples Abacaxi	Polenta ao molho de carne bovina, cenoura e chuchu	Arroz temperado com trigoilho, filé de frango, cenoura e tomate		

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

Rosana Maria Calazans
 Rosana Maria Calazans
 Nutricionista CRN 8893
 BM 102.512-9