

**CARDÁPIO – Níveis
AGOSTO/2022**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Refeições/data	01/08	02/08	03/08	04/08	(05/08)
Café da manhã	Leite Biscoito Maria	Leite Pão com geléia	Leite Pão com margarina	Leite Bolo de melado c/ mascavo	Leite com chocolate 50% Biscoito água e sal
Almoço	Polenta Molho de carne moída Salada: mista	Feijão Arroz Carne de frango Salada: Tomate e alface picados	Feijão Arroz Batata doce assada Carne suína acebolada Salada: couve- flor e beterraba	Feijão Massa parafuso Molho de carne moída Salada: repolho e cenoura	Carreteiro c/ carne picadinha Salada: vagem, tomate e chuchu.
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Massa caseira c/ molho de carne de frango	Biscoito gergelim Bebida láctea	Bolo de cenoura c/ farinha integral e aveia	Sopa de legumes, arroz c/ carne de frango	Pizza de sardinha c/ farinha integral
Refeições/data	(08/08)	(09/08)	(10/08)	(11/08)	(12/08)
Café da manhã	Leite Biscoito gergelim	Leite Pão com melado e nata	Leite Biscoito colonial	Leite Pão com margarina	Leite Cuca rápida integral c/ banana, mascavo e aveia
Almoço	Galinhada Salada: mista	Lentilha Arroz Purê de batata Salada: brócolis e cenoura	Lentilha Arroz Aipim cozido Carne suína acebolada Salada: repolho ralado e beterraba cozida	Feijão Arroz Legumes refogados Fígado Salada: alface e tomate picadinho	Feijão Arroz Bife de rês Salada: vagem, tomate e chuchu
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Polenta cozida c/ molho de carne moída	Sanduche	Bolo de aveia c/ mascavo	Carreteiro Salada: mista	Sopa de feijão, massa fina, batata, cenoura, beterraba e carne de rês picadinha

**CARDÁPIO – Níveis
JULHO/2022**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Refeições/data	(15/08)	(16/08)	(17/08)	(18/08)	(19/08)
Café da manhã	Leite Biscoito de coco	Leite Pão com geléia	Leite Pão com requeijão	Leite Bolo de laranja integral	Leite com chocolate 50% Biscoito água e sal
Almoço	Carreteiro Salada: mista	Feijão Arroz Bife de rês Moranga refogada com batata Salada: alface	Galinhada Salada: alface picadinha e tomate	Feijão Arroz Omelete Salada: brócolis e cenoura	Feijão Arroz Frango assado Salada: couve-flor e chuchu
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Pizza de carne c/ farinha integral	Bolo de maçã c/ canela e mascavo	Bebida láctea Biscoito colonial	Polenta Molho de carne moída Salada: mista	Salada de frutas Biscoito Maria
Refeições/data	(22/08)	(23/08)	(24/08)	(25/08)	(26/08)
Café da manhã	Leite Biscoito de coco	Leite Pão com melado e nata	Leite Pão com margarina	Leite Bolo de milho com coco	Leite Biscoito Maria
Almoço	Polenta Molho de frango Salada: mista	Feijão Arroz Carne de rês Salada de couve-flor e beterraba.	Feijão Arroz Batata doce assada Carne suína acebolada Salada: alface e tomate	Feijão Arroz Carne de rês. Salada de chuchu e cenoura.	Galinhada. Salada mista.
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Carreteiro Salada: mista	Cachorro- quente	Biscoito colonial Batida de banana	Sopa de legumes, arroz c/ carne de frango	Massa espaguete Molho de sardinha Salada de alface

Refeições/data	(29/08)	(30/08)	(31/08)
Café da manhã	Leite Biscoito Maria	Leite Pão com geléia	Leite Pão com requeijão
Almoço	Polenta Molho de carne moída Salada: mista	Feijão Arroz Carne de frango Salada: Tomate e alface picados	Feijão Arroz Batata doce assada Carne suína acebolada Salada: couve- flor e beterraba
Lanche 1	Fruta	Fruta	Fruta
Lanche 2	Pizza de frango c/ farinha integral	Pão de forma integral com pastinha de frango	Carreteiro Salada: mista

RIENTAÇÕES:

- O cardápio poderá eventualmente sofrer alterações, devido à disponibilidade dos alimentos;
- No lanche 2, as escolas que quiserem, sempre poderão solicitar suco como acompanhamento (suco de uva, laranja ou abacaxi integral);
- Aos alunos que frequentam apenas o turno da MANHÃ, oferecer fruta junto com o café da manhã.
- O AÇÚCAR BRANCO não será mais oferecido nas creches, somente o mascavo.
- Todos os bolos são sem cobertura.
- O LEITE oferecido no café da manhã pode ser servido puro, com café ou adoçado com açúcar mascavo.
- Qualquer alteração no cardápio, dúvida ou sugestão deverá ser repassado para a nutricionista.

Mariele Elis Theisen

NUTRICIONISTA

CRN2 - 10366