



## SEMANA 3 – CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

EMEF- ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL (6 anos até 14 anos)



### PERÍODO PARCIAL

HORÁRIO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7:00 h	Manhã	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce
9h30	Manhã	Arroz com feijão Salada de batata com ovo, cenoura e maionese  Maçã	Arroz com feijão preto Farofa de carne suína Vinagrete de tomate e cebola Suco	Arroz com feijão Carne moída, chuchu e oregano Farofa de cenoura e cebola Banana	Arroz com feijão Frango em cubos Creme de milho Vinagrete de repolho, tomate e cebola Maçã	Sopa de macarrão com feijão, batata, cenoura, chuchu e carne bovina em cubos  Suco
15h30	Tarde	Arroz com feijão Salada de batata com ovo, cenoura e maionese  Maçã	Arroz com feijão preto Farofa de carne suína Vinagrete de tomate e cebola Suco	Arroz com feijão Carne moída, chuchu e orégano Farofa de cenoura e cebola Banana	Arroz com feijão Frango em cubos Creme de milho Vinagrete de repolho, tomate e cebola Maçã	Sopa de macarrão com feijão, batata, cenoura, chuchu e carne bovina em cubos  Suco

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
	Café + Refeição	780	127	29	18
Refeição	469	83	19	7	

OBS 1: Cardápio sujeito à alteração de acordo com a disponibilidade de gêneros e safra.

OBS 2: Este cardápio poderá ser alterado pelo nutricionista de cada Unidade Escolar, caso haja necessidade.



  
Patricia Elaine Belini  
Nutricionista  
CRN3 6396

  
Lucia Helena Cherezio Legnari  
Presidente CAE  
RG: 18.026.491-6