



SEMANA 4 – 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	iogurte Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce
9h30	Manhã	Risoto de frango desfiado com cenoura e milho verde Maçã	Arroz com feijão Carne bovina em cubos Batata e chuchu refogados na manteiga Suco	Arroz com feijão Frango em cubos Salada de beterraba e repolho com maionese Banana	Arroz com açafrão / feijão Carne moída com batatas Salada de pepino Maçã	Arroz com feijão Pernil suíno acebolado Salada de tomate e orégano Suco
15h30	Tarde	Risoto de frango desfiado com cenoura e milho verde Maçã	Arroz com feijão Carne bovina em cubos Batata e chuchu refogados na manteiga Suco	Arroz com feijão Frango em cubos Salada de beterraba e repolho com maionese Banana iogurte (16:30 h)	Arroz com açafrão / feijão Carne moída com batatas Salada de pepino Maçã	Arroz com feijão Pernil suíno acebolado Salada de tomate e orégano Suco

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
	Café + Refeição	756	121	28	18
	Refeição	482	82	20	8

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 Bellini
Nutricionista
CRN3 6396


Lucia Helena Cherezio Legnari
Presidente CAE
RG: 18.026.491-6