

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE NUTRIÇÃO

Cardápio Período Integral

Refeição	Segunda-feira 07/03/2022	Terça-feira 08/03/2022	Quarta-feira 09/03/2022	Quinta-feira 10/03/2022	Sexta-feira 11/03/2022
Café da manhã	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)
Almoço	Carne moída com cenoura + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Tomate	Frango (sassami) com cebola + milho + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Beterraba ralada + Banana	Carne em cubos com batata refogada + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de brócolis + Maça	Carne moída com extrato de tomate com purê de batata + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de couve flor com tomate	Galinhada (arroz com cenoura, frango sassami milho) + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de beterraba
Lanche da tarde	Biscoito Tipo rosquinha de coco + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)	Biscoito Tipo Rosquinha chocolate + iogurte (individual)	Biscoito Tipo rosquinha de coco + Suco de fruta (individual)	Banana + iogurte (individual)	Barra de frutas + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793


Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Chefe do Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 14/03/2022	Terça-feira 15/03/2022	Quarta-feira 16/03/2022	Quinta-feira 17/03/2022	Sexta-feira 18/03/2022
Café da manhã	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)
Almoço	Carne moída com cenoura + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Tomate	Frango (sassami) com cebola + milho + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Beterraba ralada + Banana	Isca de Tilápia ao molho vermelho+ Molho béchamel - farinha de trigo+ leite em pó + margarina+ cebola (será enviado ficha técnica) + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de couve	Carne moída com extrato de tomate com purê de batata + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de couve flor com tomate	Galinhada (arroz com cenoura, frango coxa e sobre coxa, milho e + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de beterraba
Lanche da tarde	Biscoito Tipo rosquinha de coco + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)	Biscoito Tipo Rosquinha chocolate + iogurte (individual)	Melancia + Suco de fruta (individual)	Banana + iogurte (individual)	Barra de frutas + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793

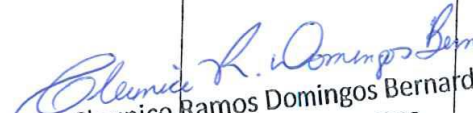

Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Chefe do Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE NUTRIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 21/03/2022	Terça-feira 22/03/2022	Quarta-feira 23/03/2022	Quinta-feira 24/03/2022	Sexta-feira 25/03/2022
Café da manhã	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)
Almoço	Carne moída com cenoura + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Repolho Ralado + Tomate	Frango (sassami) com cebola + milho + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Beterraba ralada + Banana	Carne em cubos com mandioca refogada + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de brócolis + Maçã	Carne moída com extrato de tomate com purê de batata + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de couve flor com tomate	Galinhada (arroz com cenoura, frango coxa e sobre coxa, milho Feijão Carioca (ou preto) + Salada de beterraba
Lanche da tarde	Biscoito Tipo Rosquinha chocolate + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)	Biscoito Cream Cracker + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Melancia + Suco de fruta (individual)	Banana + Iogurte (individual)	Barra de frutas + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793


Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Chefe do Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE NUTRIÇÃO

Cardápio Período Integral

I Refeição	Segunda-feira 28/03/2022	Terça-feira 29/03/2022	Quarta-feira 30/03/2022	Quinta-feira 31/03/2022	Sexta-feira 01/04/2022
Café da manhã	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Capuccino	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha	Pão Doce + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)
Almoço	Carne moída com cenoura + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Repolho Ralado + Tomate	Frango (sassami) com cebola + milho + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de Beterraba ralada + Banana	Carne em cubos com mandioca refogada + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de brócolis + Maça	Carne moída com extrato de tomate com purê de batata + Arroz + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de couve flor com tomate	Galinhada (arroz com cenoura, frango coxa e sobre coxa, milho e + Feijão Carioca (ou preto) + Salada de beterraba
Lanche da tarde	Biscoito Tipo rosquinha de coco + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Morango (Fria)	Biscoito Tipo Rosquinha chocolate + iogurte (individual)	Melancia + Suco de fruta (individual)	Banana + iogurte (individual)	Barra de frutas + Mistura em pó para preparo de Alimento reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Chocolate e baunilha

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793


Cleunice Ramos Domingos Bernardes

Nutricionista - CRN-3 58793

Chefe do Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE NUTRIÇÃO

FIXAR EM LOCAL VISÍVEL

Produtos de HORTIFRUT podem sofrer alterações devido a imprevistos que fogem ao controle

1) DATAS PARA EFETUAR CANCELAMENTOS/ ALTERAÇÕES

-CARNES: ATÉ QUARTA FEIRA até as 13 horas

-HORTIFRUTIGRANJEIROS: ATÉ QUARTA FEIRA até as 13 horas

-PÃO : ATÉ QUARTA FEIRA até 13 horas

-IOGURTE : ATÉ QUARTA FEIRA até as 13 horas

ALTERAÇÕES APÓS A DATA IMPLICA NO RECEBIMENTO OBRIGATÓRIO POR PARTE UNIDADE ESCOLAR

2) CANCELAMENTO DE PÃO (SERVIDO NAS ESCOLAS PARCIAIS)

CANCELAR VIA TELEFONE PARA O PERÍODO DA TARDE : COMUNICAR ATÉ AS 09:00
CANCELAR VIA TELEFONE PARA PERÍODO DA NOITE : COMINICAR ATÉ AS 15:00

3) TODA SEXTA FEIRA (APÓS RETIRADA DOS ITENS PARA CARDÁPIO DESTE DIA) DEVERÁ SER ENVIADO À SECÇÃO DE MERENDA ESCOLAR PLANILHA DO EXCEL DEVIDAMENTE PREENCHIDA COM ESTOQUE DA ESCOLA PARA SEREM REPOSTOS, ESSA PLANILHA DEVERÁ SER ENVIADA IMPRETERIVELMENTE NO MÁXIMO ATÉ SEGUNDA-FEIRA ATÉ AS 12:00 POIS É NECESSÁRIO ESSE REPASSE DE INFORMAÇÕES PARA ELABORAR O MAPA DE ENTREGAS DO SETOR DE LOGÍSTICA. (CASO ISSO NÃO OCORRA EM TEMPO HÁBIL A UNIDADE ESCOLAR SE RESPONSABILIZARÁ PELA RETIRADA DOS ITENS ESTOCÁVEIS.)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793


Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Chefe do Setor de Nutrição da Secção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Ficha Técnica da tilápia em isca com molho vermelho +molho béchamel

1)Fazer o molho béchamel e reservar

-Ingredientes para fazer Molho béchamel tradicional:

1000 mililitros de leite

4 colheres de sopa de farinha de trigo ou maisena

4 colheres de sopa de manteiga

1 unidade de cebola pequena picada

Sal a gosto

- Diluir o leite em água filtrada e reservar

- Colocar uma panela para aquecerem fogo baixo , acrescentar a margarina e cebola e deixar dourar. Acrescente a farinha e mexa , após vá colocando o leite diluído aos poucos e mexa bem coloque o sal a gosto. Espere o cozimento cerca de 8 a 10 minutos. (caso forme grumos pode passar o molho pelo liquidificador).

Fazer na proporção 1porção de molho béchamel
para 1 porção de molho vermelho

2)Fazer o molho vermelho e reservar

-Ingredientes para fazer Molho vermelho tradicional:

1000 mililitros de água

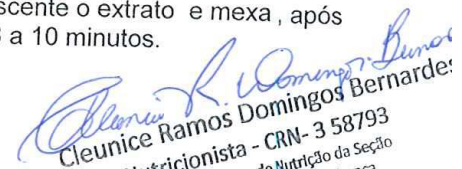
500 gramas de extrato

4 colheres de sopa de óleo

1 unidade de cebola pequena picada

Colocar uma panela para aquecerem fogo baixo , acrescentar o óleo e cebola e deixar dourar. Acrescente o extrato e mexa , após vá colocando a água aos poucos e mexa bem coloque o sal a gosto. Espere o cozimento cerca de 8 a 10 minutos.

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável
Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793


Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Chefe do Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação