

Escola Período Parcial (Município e Estado)

Refeição	Segunda-feira 25/07/2022	Terça-feira 26/07/2022	Quarta-feira 27/07/2022	Quinta-feira 28/07/2022	Sexta-feira 29/07/2022
Café da manhã	Biscoito tipo rosquinha de Chocolate + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado	Banana + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Capuccino	Biscoito sabor rosquinha de coco + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado	Banana + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Capuccino	Cream Cracker + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado
Almoço	Macarronada (macarrão parafuso com carne moída, cenoura ralada e molho de extrato de tomate)	Galinhada (arroz com cenoura, frango em cubo e ervilha) + Feijão (carioca) + Banana	Pão com carne moída com molho de tomate + Maçã + Alimento com soja reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Abacaxi com hortelã/ ou Nectarina	Canja de frango com Legumes(receita em anexo) + Banana	Arroz + Purê de batata com carne moída e extrato de tomate

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793

Escola Período Parcial (Município e Estado)

Refeição	Segunda-feira 08/08/2022	Terça-feira 09/08/2022	Quarta-feira 10/08/2022	Quinta-feira 11/08/2022	Sexta-feira 12/08/2022
Café da manhã	Biscoito tipo rosquinha de Chocolate + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado	Banana + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Capuccino	Biscoito sabor rosquinha de coco + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado	Banana + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Capuccino	Cream Cracker + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado
Almoço	Macarronada (macarrão parafuso com carne moída, cenoura ralada e molho de extrato de tomate)	Galinhada (arroz com cenoura, frango cubo) + Feijão (carioca) + Banana	Pão com carne moída com molho de tomate + Maçã + Alimento com soja reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Abacaxi com hortelã/ou Nectarina	Sopa de legumes carne moída e caldo de feijão carioca batido) + Banana	Galinhada (arroz com cenoura, frango cubo) + Feijão (carioca)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793

Escola Período Parcial (Município e Estado)

Refeição	Segunda-feira 15/08/2022	Terça-feira 16/08/2022	Quarta-feira 17/08/2022	Quinta-feira 18/08/2022	Sexta-feira 19/08/2022
Café da manhã	Biscoito tipo rosquinha de Chocolate + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado	Banana + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Capuccino	Biscoito sabor rosquinha de coco + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado	Banana + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Capuccino	Cream Cracker + Alimento Reduzido em Açúcar, Calorias, Gorduras e Sódio sabor: Chocolate granulado
Almoço	Macarronada (macarrão parafuso com carne moída, cenoura ralada e molho de extrato de tomate)	Galinhada (arroz com cenoura, frango cubo coxa e Sobrecoxa) + Feijão (carioca) + Banana	Pão com carne moída com molho de tomate + Maçã + Alimento com soja reduzido em Açúcar, Calorias, Gordura e sódio Rico em Fibras e Minerais sabor: Abacaxi com hortelã/ou Nectarina	Arroz + Purê de batata com carne moída e extrato de tomate + Banana	Galinhada (arroz com cenoura, frango cubo coxa e Sobrecoxa) + Feijão (carioca)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia e por escrito do nutricionista responsável

Nutricionista : Cleunice Ramos Domingos Bernardes, CRN-3 58793

1) ARROZ DOCE

Ingredientes	Medida caseira	Peso (g)
Arroz branco agulhinha		500 g
Açúcar para caramelizar		300 g
Açúcar para complementar		100 g
Leite integral em pó		2 litros (= equivalente a 286g do pó)
RENDIMENTO	4L	
NÚM. PORÇÕES	25	
PESO PORÇÃO	160ML	

Modo de preparo:

Diluir o leite, caramelizar o açúcar e acrescentar o leite diluído, colocar o arroz na proporção da receita acrescentar o restante do açúcar se necessário. Esperar até que esteja cozido. (Caso a escola queira e tenha recurso pode colocar cravo ou canela em pau)

***Servir na caneca de plástico

2) CANJA

Ingredientes	Medida caseira	Peso (g)
Arroz		400 g
Batata	3 batatas médias	325 g
Cebola	1 cebola média	125 g
Frango (coca sobre coxa)		600 g (em cubos)
Óleo		300 g
Sal	1 colher sopa	20 g
Água		5L
Cenoura	3 cenouras raladas	365 g
Tempero	1 colher sopa	10 g
RENDIMENTO	4.780kg	
NÚM. PORÇÕES	28 conchas	
PESO PORÇÃO	180 g	

Modo de preparo:

Descascar os legumes, refogar o frango com a cebola acrescentar os legumes e o arroz, colocar água suficiente para o cozimento e manter com caldo. (Colocar cheiro verde se houver horta na escola)

***Servir uma concha e meio por aluno. (alunos menores uma concha é suficiente)

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO



SETOR DE NUTRIÇÃO

3) POLENTA FUBÁ

Ingredientes	Medida caseira	Peso (g)
Fubá		200 g
Cebola	1 cebola média	120 g
Carne moída		300 g
Água		1,750L
Sal		20 g
Extrato		340 g
Tempero		10 g
RENDIMENTO	0,365kg	
NUM. PORÇÕES	8 porções	
PESO PORÇÃO	185 g	

Modo de preparo:

Colocar o óleo, refogar a cebola ralada acrescentar a água, diluir a porção de Fubá em água, esperar levantar fervura e colocar aos poucos sempre mexendo para não empelotar. Temperar com sal.

Refogar a carne moída a parte em óleo e cebola, colocar o extrato de tomate na proporção da receita.

***Servir separadamente uma colher de servir de cada preparação

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

SOPA MACARRÃO

Ingredientes	Medida caseira	Peso (g)
Carne moída		500 g
Cebola	1 cebola ralada	125 g
Óleo		50 g
Cenoura	2 cenouras picadas em cubos	340 g
Batata	3 batatas média	375 g
Sal	1 colher sopa	20 g
Tempero	1 colher sopa	10 g
Água		5L
Feijão	400 g (pré)	1,270L, batido
Macarrão cru		300 g
RENDIMENTO	4,263kg	
NUM. PORÇÕES	24 conchas	
PESO PORÇÃO	180 g	

Modo de preparo:

Refogar a cebola acrescentar a carne refogar bem, colocar os legumes dessecados e picados, colocar água e sal. Após levantar fervura colocar o macarrão. Cozinhar o feijão a parte e refogar normalmente, quando a sopa estiver pronta, liquidificar o feijão e colocar por último na sopa.

***Servir 1 concha e meia por aluno

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

* FIXAR EM LOCAL VISÍVEL

1) DATAS PARA EFETUAR CANCELAMENTOS/ ALTERAÇÕES

-CARNES: ATÉ QUARTA FEIRA

-HORTIFRUTIGRANJEIROS: ATÉ QUARTA FEIRA

-PÃO FRANCÊS : ATÉ QUARTA FEIRA

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 : COMUNICAR ATÉ AS 15:00

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

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.)