



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

Julho / 2024

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 29/07/2024	TERÇA-FEIRA 30/07/2024	QUARTA-FEIRA 31/07/2024	QUINTA-FEIRA 01/08/2024	SEXTA-FEIRA 02/08/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	5 unidades biscoito tipo cream cracker 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de maçã (115g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
	LANCHE I	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e 8g de milho) 1 unidade média de maçã (115g)	Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate) 1 unidade média de banana (110g)	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura) 50g de feijão carioca 1 unidade média de maçã (115g)	140g de macarrão ao molho rosê (90g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 15g molho de tomate e 20g de molho branco)
TARDE	LANCHE I	5 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	5 unidades biscoito tipo maisena
	LANCHE II	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e 8g de milho) 65g de arroz com cenoura (60g de arroz branco com 5g de cenoura)	Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura) 50g de feijão carioca	140g de macarrão ao molho rosê (90g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 15g molho de tomate e 20g de molho branco)

Observação: o cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição

