



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



16 a 18 anos

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 05/08/2024	TERÇA-FEIRA 06/08/2024	QUARTA-FEIRA 07/08/2024	QUINTA-FEIRA 08/08/2024	SEXTA-FEIRA 09/08/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	6 unidades biscoito tipo cream cracker 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade média de maçã (115g) 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)
	LANCHE I	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos 250g de arroz branco 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)	290g de galinhada (200g arroz branco com 20g cenoura e 70g frango em cubos) 1 unidade média de maçã (115g)	300g macarrão com frango desfiado (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de frango desfiado, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I	6 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
	LANCHE II	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos 250g de arroz com cenoura (240g de arroz branco com 10g 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) 1 unidade média de banana (110g)	290g de galinhada (200g arroz branco com 20g cenoura e 70g frango em cubos)	300g macarrão com frango desfiado (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de frango desfiado, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



16 a 18 anos

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 12/08/2024	TERÇA-FEIRA 13/08/2024	QUARTA-FEIRA 14/08/2024	QUINTA-FEIRA 15/08/2024	SEXTA-FEIRA 16/08/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	6 unidades biscoito tipo cream cracker 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade média de maçã (115g) 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)
	LANCHE I	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	110g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 25g de carne moída e 15g de molho de tomate) 250g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	290g arroz com carne suína em cubos (200g arroz branco com 70g de carne suína em cubos e 20g cenoura) 140g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	290g de galinhada (200g arroz branco com 20g cenoura e 70g frango em cubos) 1 unidade média de maçã (115g)	300g de macarrão com carne moída (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, cozido, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I	6 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	6 unidades biscoito tipo maisena
	LANCHE II	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	110g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 25g de carne moída e 15g de molho de tomate) 250g de arroz branco	290g arroz com carne suína em cubos (200g arroz branco com 70g de carne suína em cubos e 20g cenoura) 140g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	290g de galinhada (200g arroz branco com 20g cenoura e 70g frango em cubos) 140g de feijão carioca	300g de macarrão com carne moída (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, cozido, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



16 a 18 anos

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 19/08/2024	TERÇA-FEIRA 20/08/2024	QUARTA-FEIRA 21/08/2024	QUINTA-FEIRA 22/08/2024	SEXTA-FEIRA 23/08/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	6 unidades biscoito tipo cream cracker 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade média de maçã (115g) 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)
	LANCHE I	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	110g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 25g de carne moída e 15g de molho de tomate) 250g de arroz com cenoura (240g de arroz branco com 10g de cenoura) 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)	280g estrogonofe de frango (115g de frango em cubos com 140g de molho bechamel e 25g de extrato de tomate) 250g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	300g macarrão com frango desfiado (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de frango desfiado, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I	6 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	6 unidades biscoito tipo maisena
	LANCHE II	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	110g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 25g de carne moída e 15g de molho de tomate) 250g de arroz com cenoura (240g de arroz branco com 10g 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)	280g estrogonofe de frango (115g de frango em cubos com 140g de molho bechamel e 25g de extrato de tomate) 250g de arroz branco	300g macarrão com frango desfiado (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de frango desfiado, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



16 a 18 anos

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 26/08/2024	TERÇA-FEIRA 27/08/2024	QUARTA-FEIRA 28/08/2024	QUINTA-FEIRA 29/08/2024	SEXTA-FEIRA 30/08/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 1 unidade média de banana (110g)	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 6 unidades biscoito tipo cream cracker	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 1 unidade média de maçã (115g)
	LANCHE I	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	110g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 25g de carne moída e 15g de molho de tomate) 250g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos 250g de arroz com cenoura (240g de arroz branco com 10g de cenoura) 1 unidade média de banana (110g)	290g de galinhada (200g arroz branco com 20g cenoura e 70g frango em cubos) 1 unidade média de maçã (115g)	300g de macarrão com carne moída (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, cozido, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I	6 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	6 unidades biscoito tipo maisena
	LANCHE II	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem e 15g de milho)	110g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 25g de carne moída e 15g de molho de tomate) 250g de arroz branco	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos 250g de arroz com cenoura (240g de arroz branco com 10g de cenoura) 1 unidade média de banana (110g)	290g de galinhada (200g arroz branco com 20g cenoura e 70g frango em cubos)	300g de macarrão com carne moída (160g de macarrão parafuso cozido com 55g de carne moída, cozido, 25g cenoura ralada e 60g molho de tomate)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e hortaliças.

