



CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



16 a 18 anos

NOVEMBRO / 2024

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 04/11/2024	TERÇA-FEIRA 05/11/2024	QUARTA-FEIRA 06/11/2024	QUINTA-FEIRA 07/11/2024	SEXTA-FEIRA 08/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	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 200ml de iogurte	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 rosquinha sabor coco 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem)	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 banana (110g)	290g de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho e 70g frango Em cubos) 1 unidade média de maçã (115g)	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos 1 unidade média de banana (110g)	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 De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	6 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem)	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 banana (110g)	290g de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho e 70g frango Em cubos) 250g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	290g de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho e 70g frango Em cubos) 140g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	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.



CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL

**16 a 18 anos****NOVEMBRO / 2024**

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 11/11/2024	TERÇA-FEIRA 12/11/2024	QUARTA-FEIRA 13/11/2024	QUINTA-FEIRA 14/11/2024	SEXTA-FEIRA 15/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	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) 200ml de iogurte	6 unidades biscoito tipo cream cracker 200ml de iogurte	FERIADO
	LANCHE I A partir de 9h25	290g arroz com carne moída mista* e cenoura (200g arroz branco com 70g de carne moída mista e 20g cenoura)	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 banana (110g)	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 maçã (115g)	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 banana (110g)	FERIADO
TARDE	LANCHE I De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	6 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	200ml de iogurte	
	LANCHE II A partir de 15h15	290g arroz com carne moída mista* e cenoura (200g arroz branco com 70g de carne moída mista e 20g cenoura)	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 banana (110g)	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 maçã (115g)	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 banana (110g)	FERIADO

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

NOVEMBRO / 2024

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 18/11/2024	TERÇA-FEIRA 19/11/2024	QUARTA-FEIRA 20/11/2024	QUINTA-FEIRA 21/11/2024	SEXTA-FEIRA 22/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	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)	FERIADO	6 unidades biscoito tipo cream cracker 200ml de iogurte	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	290g arroz com carne suína em cubos (200g arroz branco com 70g de carne suína em cubos e 20g cenoura)	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 banana (110g)	FERIADO	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)	290g de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho e 70g frango Em cubos)
TARDE	LANCHE I De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	6 unidades biscoito tipo maisena		200ml de iogurte	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	290g arroz com carne suína em cubos (200g arroz branco com 70g de carne suína em cubos e 20g cenoura)	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 banana (110g)	FERIADO	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)	290g de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho e 70g frango Em cubos)

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

NOVEMBRO / 2024

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 25/11/2024	TERÇA-FEIRA 26/11/2024	QUARTA-FEIRA 27/11/2024	QUINTA-FEIRA 28/11/2024	SEXTA-FEIRA 29/11/2024
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ De 6h50 às 7h10	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	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	6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	FERIADO	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
	LANCHE I A partir de 9h25	290g arroz com carne moída mista* e cenoura (200g arroz branco com 70g de carne moída mista e 20g cenoura)	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 de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho e 70g frango Em cubos)	FERIADO	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 De 12h50 às 13h	200ml de iogurte	6 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte		6 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate
	LANCHE II A partir de 15h15	290g arroz com carne moída mista* e cenoura (200g arroz branco com 70g de carne moída mista e 20g cenoura)	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 de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho e 70g frango Em cubos)	FERIADO	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.

