



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

Setor de Nutrição

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



16 a 18 anos

OUTUBRO / 2024

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 07/10/2024	TERÇA-FEIRA 08/10/2024	QUARTA-FEIRA 09/10/2024	QUINTA-FEIRA 10/10/2024	SEXTA-FEIRA 11/10/2024
NOITE	LANCHE I	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem)	290g de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho 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)	280g estrogonofe de frango (115g de frango em cubos com 140g de molho bechamel e 25g de extrato de tomate)	50g de salsicha de frango(1 unidade) com molho de tomate , pão tipo hot-dog 50g e purê de batata 55g
			140g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	25g de milho de pipoca 1 unidade média de maçã (115g)	250g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	

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

OUTUBRO / 2024

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 14/10/2024	TERÇA-FEIRA 15/10/2024	QUARTA-FEIRA 16/10/2024	QUINTA-FEIRA 17/10/2024	SEXTA-FEIRA 18/10/2024
NOITE	LANCHE I	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem)	Reunião administrativa	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos	290g de galinhada (180g arroz branco com 20g Cenoura, 20g de milho 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)
				250g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	

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

OUTUBRO / 2024

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 21/10/2024	TERÇA-FEIRA 22/10/2024	QUARTA-FEIRA 23/10/2024	QUINTA-FEIRA 24/10/2024	SEXTA-FEIRA 25/10/2024
NOITE	LANCHE I	310g de Arroz Primavera (190g arroz branco com 70g de carne suína flocada, 20g de cenoura, 15g de brócolis, 15g de vagem)	290g arroz com carne moída mista* e cenoura (200g arroz branco com 70g de carne moída mista e 20g 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)	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)	1 unidade média de maçã (115g)	250g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	

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

OUTUBRO / 2024

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 28/10/2024	TERÇA-FEIRA 29/10/2024	QUARTA-FEIRA 30/10/2024	QUINTA-FEIRA 31/10/2024	SEXTA-FEIRA 01/11/2024
NOITE	LANCHE I	PONTO FACULTATIVO	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	100g de feijão carioca, 20 gramas de farinha de mandioca, pernil suíno em cubos 80 g e couve 40 g 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) 1 unidade média de banana (110g)	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.

