



Cardápio de Junho



CARLINA
BENI
BIAGIONE
ELEUTÉRIO
LUIS ANTUNES
LYRIA



ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06/06/2022	07/06/2022	08/06/2022	09/06/2022	10/06/2022
LANCHE DA ENTRADA	Composto vitaminado de chocolate e biscoito cracker	Suco acerola e pão de leite com manteiga	Chocolate quente e bolo	Suco de goiaba e biscoito integral	Vitamina de banana nanica
ALMOÇO	Arroz, Feijão. Omelete de forno com abobrinha italiana, tomate e queijo ralado. Salada de Beterraba. Laranja	Arroz, feijão, carne com mandioca e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Arroz, Feijão, frango com abóbora e cheiro verde. Salada de tomate. Laranja	Arroz, feijão, cação com batata e cheiro verde. Farofa colorida. Salada de Alface. Banana	Macarrão parafuso com carne moída e abobrinha brasileira. Salada mista (cenoura cozida, vagem e cheiro verde). Maçã
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	13/06/2022	14/06/2022	15/06/2022	16/06/2022	17/06/2022
LANCHE DA ENTRADA	Chá mate e biscoito integral	Chocolate quente e biscoito de maisena	Vitamina de mamão	FERIADO//PTO FACULTATIVO	
ALMOÇO	Arroz, Feijão, peito de frango com batata e cheiro verde. Salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja	Macarrão parafuso ao molho de tomate natural com carne moída. Salada de batata com vagem. Maçã		

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental / Médio	740	120	25	18	10	230	60	360	5	97	3





Cardápio de Junho



CARLINA
BENI
BIAGIONE
ELEUTÉRIO
LUIS ANTUNES
LYRIA



Luciana F. S. Campos
Nutricionista RT
DAE - Tietê
CRN3.8942

ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	20/06/2022	21/06/2022	22/06/2022	23/06/2022	24/06/2022
LANCHE DA ENTRADA	Leite com achocolatado e biscoito integral	Chá Mate e pão de leite com manteiga	Vitamina de mamão e bolo	Chá mate e pão de leite com requeijão	Leite com achocolatado e bolo
ALMOÇO	Macarrão parafuso com cenoura, abobrinha e tomate, cheiro verde e queijo ralado. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão, carne com cenoura e tomate. Salada de chuchu com cheiro verde. Laranja	Arroz, feijão, frango com abobrinha brasileira e cheiro verde. Salada de Alface. Banana	Arroz, feijão, carne com mandioca e cheiro verde. Salada de pepino. Maçã	CACHORRO QUENTE com purê de batata e Vinagrete. Suco de maracujá. Arroz Doce
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	27/06/2022	28/06/2022	29/06/2022	30/06/2022	01/07/2022
LANCHE DA ENTRADA	Chá mate e biscoito integral com requeijão	Leite com achocolatado e biscoito de maisena	Composto Vitaminado de chocolate branco e pão de leite com manteiga	Suco de maracujá e pão de leite com requeijão	Vitamina de banana e Biscoito integral
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Polenta recheada com frango desfiado e queijo. Salada da chuchu com cheiro verde. Maçã	Arroz, feijão, carne com batata, tomate e cheiro verde. Salada de acelga. Laranja	Macarrão parafuso ao sugo natural com frango e tomate. Salada de cenoura com cheiro verde. Maçã	Arroz, lentilha com calabresa e carne suína e com mandioca. Salada de alface. Banana	Arroz, feijão, frango com chuchu. Salada de batata cor de rosa (com beterraba cozida e cheiro verde) Laranja

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental / Médio	740	120	25	18	10	230	60	360	5	97	3





Cardápio de Julho



CARLINA
BENI
BIAGIONE
ELEUTÉRIO
LUIS ANTUNES
LYRIA



Luciana F. S. Campos
Nutricionista RT
DAE - Tietê
CRN3.8942



ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/07/2022	05/07/2022	06/07/2022	07/07/2022	08/07/2022
LANCHE DA ENTRADA	Chá mate e biscoito integral	Chocolate quente e biscoito de maisena	Vitamina de mamão	Chá mate e pão de leite com requeijão	Chocolate quente e bolo
ALMOÇO	Arroz, feijão, peito de frango com cenoura e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de repolho. Laranja	Arroz, feijão, frango com batata e cheiro verde. Salada de alface. Maçã	Macarrão parafuso com carne moída, cenoura e cheiro verde. Salada de pepino. Banana prata	Arroz, feijão, frango com mandioca e cheiro verde. Salada de vinagrete. Maçã

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental / Médio	740	120	25	18	10	230	60	360	5	97	3

