



# Cardápio de Abril



## CIREPEM - Centro Integrado de Recursos Especiais Pedagógicos Municipal

EDUCAÇÃO ESPECIAL - PERÍODO INTEGRAL - PARCIAL

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2024

PARCIAL MANHÃ: 9:00 as 9:20 e 9:30 as 9:50



LANCHE: 11:00 às 11:30



PARCIAL TARDE: 14:10 às 14:30 e 15:00 às 15:20

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/04/2024	02/04/2024	03/04/2024	04/04/2024	05/04/2024
ALMOÇO MANHÃ	Arroz, feijão, mini almondegas assadas e batata sauté. Salada de pepino. Maçã	Arroz, Feijão Preto com carne suína. Purê de abóbora orgânica. Salada de acelga. Laranja	Arroz, Polenta com carne desfiada e molho de tomate natural. Salada de chuchu. Banana Prata	Arroz, feijão, frango com mandioquinha e cheiro verde. Salada de alface orgânica. Mexirica	Macarrão parafuso com carne moída, espinafre e tomate. Salada de cenoura com vagem. Maçã
LANCHE INTERMEDIÁRIO	Bolo e Limonada Pink orgânica	Shake de abacate comm banana e biscoito doce	SALADA DE FRUTAS	Mingau de Chocolate (maisena)	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO DA TARDE	Arroz, feijão, mini almondegas assadas e batata sauté. Salada de pepino. Maçã	Arroz, Feijão Preto com carne suína. Purê de abóbora orgânica. Salada de acelga. Laranja	Arroz, Polenta com carne desfiada e molho de tomate natural. Salada de chuchu. Banana Prata	Arroz, feijão, frango com mandioquinha e cheiro verde. Salada de alface orgânica. Mexirica	Macarrão parafuso com carne moída, espinafre e tomate. Salada de cenoura com vagem. Maçã
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	08/04/2024	09/04/2024	10/04/2024	11/04/2024	12/04/2024
ALMOÇO MANHÃ	Arroz, feijão,omelete com tomate e brócolis. Salada de repolho orgânico. Laranja	Arroz, feijão, carne desfiada com batata e cheiro verde. Salada de vinagrete. Maçã	Arroz, Feijão preto, carne suína com abóbora orgânica. Couve refogada. Banana	Macarrão parafuso com frango desfiado, espinafre e tomate. Salada de batata com cenoura e cheiro verde. Laranja	Arroz, Polenta a bolonhesa coberta com queijo. Salada de acelga. Mexirica
LANCHE INTERMEDIÁRIO	Mingau de aveia	Shake de banana com cacau e biscoito	Bolo e Vitamina de mamão	SALADA DE FRUTAS	Bolo e Suco de Laranja com cenoura
ALMOÇO DA TARDE	Arroz, feijão,omelete com tomate e brócolis. Salada de repolho orgânico. Laranja	Arroz, feijão, carne desfiada com batata e cheiro verde. Salada de vinagrete. Maçã	Arroz, Feijão preto, carne suína com abóbora orgânica. Couve refogada. Banana	Macarrão parafuso com frango desfiado, espinafre e tomate. Salada de batata com cenoura e cheiro verde. Laranja	Arroz, Polenta a bolonhesa coberta com queijo. Salada de acelga. Mexirica

### Média nutricional semanal

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
4 - 5 anos	985	160	30	25	15	290	60	570	8	91	3





# Cardápio de Abril



## CIREPEM - Centro Integrado de Recursos Especiais Pedagógicos Municipal

EDUCAÇÃO ESPECIAL - PERÍODO INTEGRAL - PARCIAL

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2024

PARCIAL MANHÃ: 9:00 às 9:20 e 9:30 às 9:50



LANCHE: 11:00 às 11:30



PARCIAL TARDE: 14:10 às 14:30 e 15:00 às 15:20

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	15/04/2024	16/04/2024	17/04/2024	18/04/2024	19/04/2024
ALMOÇO MANHÃ	Arroz, feijão, frango frango com cenoura. Virado de escarola. Salada de pepino. Maçã	Arroz, feijão, isca de carne com abobrinha e cheiro verde. Salada de berinjela com tomate e pimentão. Mexirica	Arroz, Polenta com frango cremoso com cenoura e escarola e tomate. Salada de alface orgânica. Maçã	Arroz, Lentilha com carne suína desfiada, farofa colorida. Salada de Vinagrete. Laranja	Macarrão parafuso com carne moída, ervilha e tomate. Salada beterraba cozida com cheiro verde. Mexirica
LANCHE INTERMEDIÁRIO	Shake de banana com cacau e biscoito doce	BATATA DOCE ASSADA (com azeite e orégano) e Suco de laranja com cenoura	Mingau de Aveia	BOLO e Suco de laranja com cenoura	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO DA TARDE	Arroz, feijão, frango frango com cenoura. Virado de escarola. Salada de pepino. Maçã	Arroz, feijão, isca de carne com abobrinha e cheiro verde. Salada de berinjela com tomate e pimentão. Mexirica	Arroz, Polenta com frango cremoso com cenoura e escarola e tomate. Salada de alface orgânica. Maçã	Arroz, Lentilha com carne suína desfiada, farofa colorida. Salada de Vinagrete. Laranja	Macarrão parafuso com carne moída, ervilha e tomate. Salada beterraba cozida com cheiro verde. Mexirica
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	22/04/2024	23/04/2024	24/04/2024	25/04/2024	26/04/2024
ALMOÇO MANHÃ	Arroz, feijão, ovo mexido colorido (abobrinha, cenoura, tomate e cheiro verde). Salada de repolho Laranja	Arroz, feijão, carne suína com cenoura e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Macarronada a bolonhesa com berinjela orgânica em cubinhos.. Salada de batata com vagem e cheiro verde. Laranja	Feijão, Arroz, escondidinho de abóbora com peito desfiado, coberto com queijo ralado. Salada de alface. Mexirica	Arroz, Polenta com carne em cubos ao molho natural vitaminado com beterraba orgânica. Salada de rúcula. Maçã
LANCHE INTERMEDIÁRIO	Bolo de fubá cremoso e Suco de mamão	SALADA DE FRUTAS	CREPIOCA (ricota e tomate) e Limonada	SALADA DE FRUTAS AMARELAS	BOLO e Suco de Laranja
ALMOÇO DA TARDE	Arroz, feijão, ovo mexido colorido (abobrinha, cenoura, tomate e cheiro verde). Salada de repolho Laranja	Arroz, feijão, carne suína com cenoura e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Macarronada a bolonhesa com berinjela orgânica em cubinhos.. Salada de batata com vagem e cheiro verde. Laranja	Feijão, Arroz, escondidinho de abóbora com peito desfiado, coberto com queijo ralado. Salada de alface. Mexirica	Arroz, Polenta com carne em cubos ao molho natural vitaminado com beterraba orgânica. Salada de rúcula. Maçã

### Média nutricional semanal

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
4 - 5 anos	985	160	30	25	15	290	60	570	8	91	3





# Cardápio de Abril



## CIREPEM - Centro Integrado de Recursos Especiais Pedagógicos Municipal

EDUCAÇÃO ESPECIAL - PERÍODO INTEGRAL - PARCIAL

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2024

PARCIAL MANHÃ: 9:00 as 9:20 e 9:30 as 9:50



LANCHE: 11:00 às 11:30



PARCIAL TARDE: 14:10 às 14:30 e 15:00 às 15:20

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/04/2024	30/04/2024	01/05/2024	02/05/2024	03/05/2024
ALMOÇO MANHÃ	Macarrão espaguete com calabresa e legumes à cabonara (com ovo). Salada de beterraba ralada com cheiro verde	Arroz, Feijão, isca de carne com batata e tomate. Salada de repolho orgânico	FERIADO	Arroz e Polenta a bolonhesa. Salada de mista de legumes (cenoura, chuchu) com azeite e cheiro verde. Laranja	Arroz, Lasanha de frango com abobrinha ao sugo e queijo. Salada de Alface. Mexirica
LANCHE INTERMEDIÁRIO	SALADA DE FRUTAS	Bolo e Limonada		CANJICA COM CACAU	SALADA DE FRUTAS
ALMOÇO DA TARDE	Macarrão espaguete com calabresa e legumes à cabonara (com ovo). Salada de beterraba ralada com cheiro verde	Arroz, Feijão, isca de carne com batata e tomate. Salada de repolho orgânico		Arroz e Polenta a bolonhesa. Salada de mista de legumes (cenoura, chuchu) com azeite e cheiro verde. Laranja	Arroz, Lasanha de frango com abobrinha ao sugo e queijo. Salada de Alface. Mexirica

### Média nutricional semanal

Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
4 - 5 anos	985	160	30	25	15	290	60	570	8	91	3

