



Cardápio de Abril



Emeb.Aglassi - LM = 8:30h; 9:00h; 9:30h - AL= 11:15h; 11:40h; 12:20h - LT(int) = 14:20h; 14:40h - LT(parcel) = 15:00h **Emeb. João Marcos** - LM = 8:40h; 9:05h; 9:30h - AL = 11:00h - LT(int) = 14:30h - LT(parcel) = 15:00h e 15:30h **Emeb. Milton** - LM = 9:00h; 9:30h - AL= 11:20h; 11:50h - LT(int) = 14:30h; 14:40h - LT(parcel) = 15:00h **Emeb. ZEZÉ GIOVANETTI** - LM = 9:30h - AL = 12:00h - LT = 15:00h



ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2024

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
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Café com leite e pão de leite com ovo mexido	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão	Composto vitaminado de morango e biscoito maisena	Vitamina de abacate e bolo	Leite com cacau e pão de leite com requeijão
ALMOÇO - TODOS	Arroz, feijão, almondegas de frango assadas e batata sauté. Salada de pepino. Maçã	Arroz, Feijão Preto, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de acelga. Laranja	Arroz, Polenta a bolonhesa. Salada de chuchu. Banana Prata	Arroz, feijão, frango com abobrinha e cheiro verde. Salada de beterraba. Mexirica	Macarrão parafuso com carne moída, tomate e espinafre. Salada mista (cenoura cozida, vagem e cheiro verde). Maçã
Lanche da tarde INTEGRAL e PARCIAL	Pão francês com carne moída e Suco de abacaxi	Omeletede forno colorido e Suco de laranja com mamão	Vitamina de abacate com bolo	QUIBE e Suco de Laranja com cenoura	SALADA DE FRUTAS
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
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Café com leite e pão de leite com requeijão	Shake de banana com cacau 50% e biscoito maisena	Vitamina de mamão e bolo	Café com leite e biscoito integral com manteiga	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão
ALMOÇO - TODOS	Arroz, feijão, omelete com cenoura, abobrinha e cheiro verde. Salada de repolho. Laranja	Arroz, feijão, carne moída com batata e cheiro verde. Salada de vinagrete. Maçã	Arroz, Feijão preto, carne suína com abóbora. Couve refogada. Banana nanica	Macarrão parafuso com frango desfiado e molho de tomate natural. Salada de alface. Mexirica	Arroz, Polenta a bolonhesa coberta com queijo. Salada de acelga. Laranja
Lanche da tarde INTEGRAL e PARCIAL	Cuscuz de Frango com legumes e suco de abacaxi	Pão francês com patê de ricota com cenoura e LIMONADA	Café com leite e pão com manteiga	Pão Francês com queijo e suco de Goiaba	PAVÊ DE BANANA com biscoito maisena e Suco de Abacaxi

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 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4





Cardápio de Abril



Emeb. Aglassi - LM = 8:30h; 9:00h; 9:30h - AL = 11:15h; 11:40h; 12:20h - LT(int) = 14:20h; 14:40h - LT(parcel) = 15:00h
Emeb. João Marcos - LM = 8:40h; 9:05h; 9:30h - AL = 11:00h - LT(int) = 14:30h - LT(parcel) = 15:00h e 15:30h
Emeb. Milton - LM = 9:00h; 9:30h - AL = 11:20h; 11:50h - LT(int) = 14:30h; 14:40h - LT(parcel) = 15:00h
Emeb. ZEZÉ GIOVANETTI - LM = 9:30h - AL = 12:00h - LT = 15:00h



ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2024

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
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Café com leite e biscoito integral com requeijão	Leite com cacau 50% e pão de leite com manteiga	Composto vitaminado de morango e biscoito maisena	Café com leite e bolo	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão
ALMOÇO - TODOS	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 da Tarde INTEGRAL e PARCIAL	PÃO FRANCES (com queijo e tomate) e Suco de abacaxi com melão	SALADA DE FRUTAS e Biscoito	PAVÊ DE BANANA com creme de coco e biscoito maisena. Limonada	CUCUZ de frango com legumes (cenoura/milho/ervilha/tomate/cheiroverde e ovo cozido) e Suco de abacaxi com maçã	TORTA com peito de frango desfiado, milho e cheiro verde. Suco de laranja com cenoura
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
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Composto vitaminado de morango e biscoito maisena com requeijão	Leite com café e biscoito integral com manteiga	Café com leite e Bolo	Chá Mate com leite e pão de leite com requeijão	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão
ALMOÇO - TODOS	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 organica 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 da Tarde INTEGRAL e PARCIAL	Pão de leite com requeijão e leite com cacau	CREPIOCA à pizzaiolo e LIMONADA	PÃO FRANCÊS COM PATÊ (frango com ricota e cheiro verde) Suco de abacaxi	SALADA DE FRUTAS AMARELAS (banana, mamão/ manga e laranja)	BOLO e Composto Vitaminado de Morango

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 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4





Cardápio de Abril



Emeb. Aglassi - LM = 8:30h; 9:00h; 9:30h - AL= 11:15h; 11:40h; 12:20h - LT(int) = 14:20h; 14:40h - LT(perc) = 15:00h **Emeb. João Marcos** - LM = 8:40h; 9:05h; 9:30h - AL = 11:00h - LT(int) = 14:30h - LT(perc) = 15:00h e 15:30h **Emeb. Milton** - LM = 9:00h; 9:30h - AL= 11:20h; 11:50h - LT(int) = 14:30h; 14:40h - LT(perc) = 15:00h **Emeb. ZEZÉ GIOVANETTI** = LM = 9:30h - AL = 12:00h - LT = 15:00h



ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2024

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
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Composto vitaminado de morango e biscoito maisena	Café com leite e Bolo	FERIADO	Café com leite e biscoito integral com requeijão	Leite com cacau 50% e pão de leite com manteiga
ALMOÇO - TODOS	Macarrão espaguete com calabresa e legumes à cabonara (com ovo). Salada de beterraba ralada com cheiro verde. Maçã	Arroz, Feijão, isca de carne com batata e tomate. Salada de repolho orgânico. Laranja		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 da Tarde INTEGRAL e PARCIAL	Pão francês integral com de presunto e Suco de laranja	QUIBE (frango) e Suco de Abacaxi com hortelã		CANJICA COM CACAU (com composto de chocolate branco)	SALADA DE FRUTAS (com creme de morango com coco)

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 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4

