



Cardápio de AGOSTO



PROJETOS



PROJETOS			ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023		
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	31/07/2023	01/08/2023	02/08/2023	03/08/2023	04/08/2023
LANCHE DA MANHÃ E DA TARDE	Leite com cacau 50% e biscoito com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Café com leite e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Arroz, Polenta com mini almondegas ao molho de tomate com beterraba Salada de acelga. Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de repolho. Abacaxi	Arroz com Polenta a bolonhesa com berijela queijo e tomate. Salada de alface. Laranja	Feijão, Arroz, carne de panela com batata e tomate. Salada de pepino. Banana prata	Arroz, Lentilha, frango com chuchu e batata. e Salada de alface. Maçã
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	07/08/2023	08/08/2023	09/08/2023	10/08/2023	11/08/2023
LANCHE DA MANHÃ E DA TARDE	Café com leite e pão de leite com manteiga	Suco de laranja com cenoura e pão francês com requeijão	Leite com cacau 50% e Bolo	Café com leite e pão de leite com requeijão	Café com leite e biscoito maria com manteiga
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete colorido com chicória e tomate. Salada de chuchu com cheiro verde. Maçã	Arroz, feijão, frango com batata doce e cheiro verde. Salada de berinjela com tomate e pimentão. Laranja	Arroz, lentilha com calabresa e virado de com abobrinha. Salada de alface. Banana prata	Arroz, feijão, carne suína com virado de chicória Salada de vinagrete. Maçã	Arroz a grega (tomate/pimentão e cenoura) ralada, Polenta a bolonhesa (tomate). Salada de acelga. Laranja

CARDÁPIO COLORIDO COM PRODUTOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

Media 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 1	530	80	17	12	9	230	60	360	5	95	2





Cardápio de AGOSTO



PROJETOS



PROJETOS			ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023		
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/08/2023	15/08/2023	16/08/2023	17/08/2023	18/08/2023
LANCHE DA MANHÃ E DA TARDE	Leite com cacau 50% e biscoito com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Café com leite e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Arroz, Polenta com mini almondegas ao molho de tomate com beterraba Salada de acelga. Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de repolho. Maçã	Arroz com Polenta a bolonhesa com berinjela queijo e tomate. Salada de alface. Laranja	Feijão, Arroz, carne de panela com batata e tomate. Salada de pepino. Banana prata	Arroz, Lentilha, frango com chuchu e batata. e Salada de alface. Maçã
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/08/2023	22/08/2023	23/08/2023	24/08/2023	25/08/2023
LANCHE DA MANHÃ E DA TARDE	Leite com cacau 50% e biscoito maria com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Chá Mate com Bolo	Café com leite e pão de leite com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga
ALMOÇO	Arroz com cenoura, Polenta com mini almondegas e ervilhas ao molho de tomate. Salada de acelga. Laranja	Arroz, Feijão, frango com tomate, pimentão e virado de repolho Salada de pepino. Maçã	Arroz, Feijão, isca de carne com batata doce e cheiro verde. Salada de alface. Laranja	Arroz, feijão preto com calabresa e farofa colorida (cenoura/pimentão/cheiro verde). Salada de Vinagrete. Abacaxi	Arroz, Polenta ao sugo com carne em cubos e berinjela e cheiro verde. Salada de alface. Banana Prata

CARDÁPIO COLORIDO COM PRODUTOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

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 1	530	80	17	12	9	230	60	360	5	95	2





Cardápio de Maio



PROJETOS



PROJETOS			ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023		
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/08/2023	29/08/2023	30/08/2023	31/08/2023	01/09/2023
LANCHE DA MANHÃ E DA TARDE	Composto vitaminado de chocolate branco e biscoito salgado com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão	Leite com banana e cacau e biscoito salgado com manteiga	Café com leite e pão francês com requeijão
ALMOÇO	Arroz, Feijão, peito de frango com abóbora e cheiro verde . Salada de beterraba ralada . Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde . Salada de repolho . Maçã	Arroz com cenoura , polenta com peito de frango desfiado sugo (tomate/manjeriçã) coberta com queijo e tomate . Salada de alface . Laranja	Arroz, lentilha, carne moída com jardineira de legumes (batata/ chuchu/cenoura) Salada de acelga . Banana prata	Arroz, STROGONOF de carne com chuchu em cubinhos. Salada de batata com cheiro verde . Maçã

CARDAPIO COLORIDO COM PRODUTOS DA AGRICULTURA FAMILIAR

Turmas	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas			Minerais (mg)		
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental 1	530	80	17	12	9	230	60	360	5	95	2

