



Cardápio - Agosto 2019



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR TIETE

Cardápio 6 - Ensino Fundamental Integral

SERVIÇOS 2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA						
	05/08/2019	06/08/2019	07/08/2019	08/08/2019	09/08/2019						
LANCHE ENTRADA	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e biscoito integral	Composto lácteo e biscoito doce						
LANCHE MANHÃ	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado	Suco polpa e pão de leite com requeijão	Composto lácteo e pão frances com queijo	Suco polpa e pão de leite com requeijão	Composto vitaminado e pão de leite com creme vegetal						
ALMOÇO	Macarrão a carbonara* e Salada de acelga. Laranja	Arroz, feijão, carne moída guisada com vagem tomate e cheiro verde, Salada de pepino. Maçã	Arroz, feijão, frango xadrez** Salada de rúcula. Banana	Arroz, feijão, carne de panela com batata. Salada de almeirão. Laranja	Arroz, peixe ao molho com cenoura e escarola refogada. Salada de alface. Banana						
LANCHE TARDE	Suco polpa e pão de leite com queijo	Composto lácteo vitaminado e pão francês fibras com creme vegetal	Suco polpa e pão de leite com requeijão	Composto lácteo vitaminado e pão frances com creme vegetal	Suco polpa e pão de leite com requeijão						
SERVIÇOS 3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA						
	12/08/2019	13/08/2019	14/08/2019	15/08/2019	16/08/2019						
LANCHE ENTRADA	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e biscoito integral								
LANCHE MANHÃ	Suco polpa e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e pão integral com requeijão	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal								
ALMOÇO	Arroz, feijoada vegetariana*** com farofa temperada. Salada de repolho. Laranja	Arroz, feijão, frango desfiado com batata doce e molho branco (forno*). Salada de beterraba ralada. Maçã	Arroz, polenta a bolonhesa Salada de lentilha com vinagrete. Laranja	FERIADO	FERIADO						
LANCHE TARDE	Composto lácteo vitmainado e pão de leite com requeijão	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e pão francês com queijo								
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

*Legumes picados (cenoura, abobrinha e ervilha) com tomate e ovos batidos e cheiro verde, consistência cremosa

**peito em cubos refogado com cebola, cenoura, acelga e cheiro verde, bem cremoso (ver receita)

*** Feijão preto alho poró e louro, abóbora, abobrinha, cenoura, berinjela e batata em cubos tingidos (ver receita) e farofa com alho e creme vegetal

SME - DAE - 32853899 R113 - AV. FERNANDO COSTA 1115 - BEIRA RIO - TIETÊ - SP.



Cardápio - Agosto 2019



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

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR TIETÊ

Cardápio 6 - Ensino Fundamental Integral

SERVIÇOS 4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/08/2019	20/08/2019	21/08/2019	22/08/2019	23/08/2019
LANCHE ENTRADA	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado sabor café, biscoito salgado	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce
LANCHE MANHÃ	Composto lácteo e biscoito e integral	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e pão francês com requeijão	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Arroz, feijão, virado de ovo com chicória e tomate. Salada de pepino. Laranja	Arroz, feijão, carne moída a primavera*. Salada de acelga. Maçã	Arroz colorido* cremoso de forno com frango desfiado. Salada de rucula. Laranja	Arroz, feijão, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de alface. Banana	Arroz, feijão, frango guisado com batata. Salada de almeirão Laranja
LANCHE TARDE	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado pão de fibras com requeijão	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e pão francês com queijo	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal
SERVIÇOS 5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/08/2019	27/08/2019	28/08/2019	29/08/2019	30/08/2019
LANCHE ENTRADA	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e biscoito integral	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado
LANCHE MANHÃ	Suco polpa e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e pão de leite com requeijão	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e pão de leite com queijo	Suco polpa e pão francês com creme vegetal
ALMOÇO	Macarrão com almondegas ao sugo com manjerico. Salada de batata com ovos cozidos e cheiro verde Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com farofa de cenoura. Salada repolho. Laranja	Arroz, feijão, omelete colorido de forno. Salada de alface. Banana	Arroz com Strognoff de carne e vagem com batata sauté. Salada de rucula. Maçã	Arroz, feijão, frango cubos com mandioca e escarola refogada. Salada de vinagrete. Laranja
LANCHE TARDE	Composto lácteo vitaminado e pão francês com queijo	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e pão francês com requeijão	Suco polpa e pão francês com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e pão de leite com requeijão

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

* Primavera= cenoura, batata e vagem/ Acelga colorida= salpicar cheiro verde **colorido= cenoura ralada, tomate, ervilha, ovo cozido e cheiro verde

SME - DAE - 32853899 R113 - AV. FERNANDO COSTA 1115 - BEIRA RIO - TIETÊ - SP.