



Cardápio de Fevereiro



CIREPEM - Centro Integrado de Recursos Especiais Pedagógicos Municipal

EDUCAÇÃO ESPECIAL - PERÍODO INTEGRAL - PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023

LANCHE DA MANHÃ: 7:50 às 8:15h e 8:40 às 9:00



ALMOÇO das 10:30 às 11:15



LANCHE DA TARDE: 14:10 às 14:30 e 15:00 as 15:20

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
				02/02/2023	03/02/2023
LANCHE MANHÃ	QUE NESTE ANO O SABOR E O SABER ANDEM DE MÃOS DADAS			Suco de laranja e pão integral com patê de ricota com cenoura	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão
ALMOÇO				Feijão, arroz, peito de frango desfiado com mandioquinha. Salada de Acelga coloaíra. Banana Prata	Macarrão com brócolos, carne desfiada e tomate picado. Salada de alface. Goiaba
LANCHE TARDE				TORTA de abobrinha com presunto e Suco de maracujá	SALADA DE FRUTAS
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06/02/2023	07/02/2023	08/02/2023	09/02/2023	10/02/2023
LANCHE MANHÃ	Leite com cacau 50% e pão de leite com manteiga	Cha mate e bolo	Leite com banana e cacau 50% e pão integral com manteiga	Suco de mamão com limão e pão de leite com patê de ricota	Leite com café e pão francês com manteiga
ALMOÇO	Arroz, feijão, escondidinho de batata recheado com carne moída (pré). Salada de ovo cozido com brócolis. Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com chuchu e cheiro verde. Salada de pepino. Melão	Macarrão parafuso com frango, espinafre e tomate picado. Salada de alface. Abacaxi	Arroz, lentilha, carne suína com abóbora e cheiro verde. Couve refogada. Banana Prata	Arroz, Polenta em ponto de corte com frango e vagem ao molho de tomate. Salada de alface
LANCHE TARDE	BOLO e Suco de laranja	SALADA DE FRUTAS	QUIBE ASSADO e Suco de abacaxi com hortelã	SALADA DE FRUTAS	PAVÊ DE MANGA em camadas com biscoito maisena

ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA

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	80	360	5	95	2
Fundamental 2 / EJA / Médico	740	120	25	18	10	230	80	360	5	97	3





Cardápio de Fevereiro



CIREPEM - Centro Integrado de Recursos Especiais Pedagógicos Municipal

EDUCAÇÃO ESPECIAL - PERÍODO INTEGRAL - PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023

LANCHE DA MANHÃ: 7:50 às 8:15h e 8:40 às 9:00



ALMOÇO das 10:30 às 11:15



LANCHE DA TARDE: 14:10 às 14:30 e 15:00 as 15:20

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	13/02/2023	14/02/2023	15/02/2023	16/02/2023	17/02/2023
LANCHE MANHÃ	Suco de melão com laranja e hortelã e pão de leite com patê de ricota e cenoura	Suco de goiaba e pão integral com manteiga	Vitamina de frutas sem leite (banana/laranja e maçã) e pão francês com requeijão	Suco de laranja e pão integral com manteiga	Leite enriquecido com cacau 70% e pão de leite com queijo
ALMOÇO	Arroz, Feijão, peito de frango com abóbora e cheiro verde. Salada de Pepino. Maçã	Arroz, Feijão, carne desfiada com batata e cheiro verde. Salada de Acelga. Laranja	Arroz, Polenta a pizzaiolo* com presunto e queijo (ralados) Ponto de corte. Salada de alface. Melão	Arroz, Feijão Preto, carne suína desfiada com cenoura e cheiro verde. Salada de couve-flor. Laranja	Macarrão parafuso a bolonhesa (molho de tomate natural). Salada de cenoura com vagem. Manga
LANCHE TARDE	SALADA DE FRUTAS	BOLO e Suco de abacaxi	SALADA DE FRUTA	CUSCUS DE FRANGO com legumes (vagem, cenoura, tomate e cheiro verde) e ovo cozido, em ponto de corte. Suco de manga	CURAU DE MILHO VERDE servir com canela e Suco de acerola
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	20/02/2023	21/02/2023	22/02/2023	23/02/2023	24/02/2023
LANCHE MANHÃ	CARNAVAL			Leite com banana e cacau 50% e pão de leite com manteiga	Suco de goiaba e pão integral com requeijão
ALMOÇO				Macarrão parafuso com brócolos, carne desfiada e tomate. Salada de repolho. Laranja	Feijão, arroz, frango com batata. Salada de chuchu com cheiro verde. Maçã
LANCHE TARDE				Arroz, Polenta a bolonhesa. Suco de caju. Melão	Pão de leite com queijo e Suco de goiaba

ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA

Turmas	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas			Minerais (mg)		
						A	C	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental 1	530	80	17	12	9	230	60	360	5	95	2
Fundamental 2 / EJA / Médio	740	120	25	18	10	230	60	360	5	97	3





Cardápio de Fevereiro



CIREPEM - Centro Integrado de Recursos Especiais Pedagógicos Municipal

EDUCAÇÃO ESPECIAL - PERÍODO INTEGRAL - PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023

LANCHE DA MANHÃ: 7:50 às 8:15h e 8:40 às 9:00



ALMOÇO das 10:30 às 11:15



LANCHE DA TARDE: 14:10 às 14:30 e 15:00 as 15:20

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	27/02/2023	28/02/2023	01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023
LANCHE MANHÃ	Leite com cacau 50% e biscoito de maisena	Leite com café e pão de leite com manteiga	Leite com banana e cacau e pão integral com requeijão	Leite com café e pão de leite com manteiga	Leite com cacau 50% e pão francês com requeijão
ALMOÇO	Arroz, Feijão, omelete com espinafre e tomate. Salada batata com cenoura. Pera cozida	Arroz, lentilha, carne suína com cenoura e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Arroz, Polenta a bolonhesa. Salada de Alface. Manga	Macarrão parafuso com mini almondegas ao sugo. Salada de Alface. Goiaba	Arroz, feijão, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de tomate. Abacaxi
LANCHE TARDE	Pão de Leite com carne moída ao molho de tomate. Suco de acerola	CREPIOCA com frango desfiado com requeijão e Suco de goiaba	SALADA DE FRUTAS	TORTA de abobrinha com presunto ralados e cheiro verde e Suco de abacaxi	CUSCUS de frango com cenoura, vagem, tomate, ovo cozido e cheiro verde. Suco de manga

ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA

Turmas	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (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
Fundamental 2 / EJA / Médio	740	120	25	18	10	230	60	360	5	97	3

