



Cardápio de Maio



AGLASSI
MILTON
JOÃO MARCOS
ZEZÉ GIOVANETTI



ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/05/2023	02/05/2023	03/05/2023	04/05/2023	05/05/2023
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	FERIADO	Café com leite e biscoito integral com manteiga	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Leite com cacau 50% e bolo
ALMOÇO PARA TODOS		Macarrão parafuso com carne moída e vagem em rodelinhas. Salada de cenoura ralada. Maçã	Arroz, feijão, frango com batata e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de beterraba ralada. Mexirica	Arroz, lentilha, frango com mandioquinha, escarola e cheiro verde. Salada de alface. Banana
Lanche da tarde PARCIAL		Pão Francês com patê de cenoura e suco de caju	Bolo e Suco de manga	CUSCUZ de LEGUMES (cebola/pimentão/cenoura/ervilha/milho/tomate/cheiro verde e ovo cozido) e suco de goiaba	PAVÊ DE BANANA (intercalado com biscoito) e Suco de Caju
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	08/05/2023	09/05/2023	10/05/2023	11/05/2023	12/05/2023
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Leite com cacau 50% e biscoito integral com requeijão	Café com leite e pão de leite com manteiga	Composto vitaminado de chocolate branco e pão de leite com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão
ALMOÇO PARA TODOS	Arroz, Feijão, ovo mexido com espinafre e tomate. Salada de batata com cheiro verde. Maçã	Arroz, feijão preto com carne suína e couve refogada. Salada de pepino. Laranja	Macarrão parafuso com carne moída, berinjela e tomate. Salada de alface. Mexirica	Arroz, Polenta ao sugo natural com carne desfiada. Salada da chuchu com cheiro verde. Maçã	Arroz, feijão, frango com mandioquinha. Salada de rúcula. Mexirica
Lanche da tarde PARCIAL	Pão Francês com queijo e Suco de Goiaba	Salada de Frutas Amarelas (manga/abacaxi/banana e suco de laranja)	PAVÊ de MANGA e Suco de caju	CREPIOCA c a Pizzaiolo (queijo ralado/tomate /oregano) e Suco de acerola	PIPOCA e Suco de maracujá

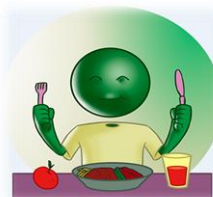
Média nutricional semanal

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 Maio



**AGLASSI
MILTON
JOÃO MARCOS
ZEZÉ GIOVANETTI**



ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2023

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	15/05/2023	16/05/2023	17/05/2023	18/05/2023	19/05/2023
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Café com leite e biscoito integral com requeijão	Café com leite e pão de leite com manteiga	Achocolatado e bolo	Café com leite e pão de leite com manteiga	Vitamina de abacate e biscoito integral com requeijão
ALMOÇO	Arroz, Feijão. Omelete de forno com abobrinha ralada e tomate. Salada de Beterraba cozida com vagem. Laranja	Arroz, feijão, carne com mandioca e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Arroz, Feijão, frango com abóbora e cheiro verde. Salada de tomate. Mexirica	Arroz, feijão, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de acelga. Banana	Macarrão parafuso com carne moída e abobrinha brasileira. Salada mista (cenoura cozida, vagem e cheiro verde). Maçã
Lanche da tarde PARCIAL	Pão de leite com patê de frango e suco de manga	CREPIOCA com presunto ralado e suco de caju	MILHO COZIDO e suco de acerola	BOLO e Suco de caju	CUSCUZ de frango (cenoura/vagem/tomate/cheiro verde) e suco de goiaba
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	22/05/2023	23/05/2023	24/05/2023	25/05/2023	26/05/2023
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Café com leite e biscoito maisena com manteiga	Leite com cacau 50% e pão de leite com requeijão	Vitamina de mamão e pão francês com requeijão	Café com leite e pão de leite com requeijão	Vitamina de banana e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Arroz, Feijão, peito de frango com batata e cheiro verde. Salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de pepino. Mexirica	Macarrão espaguete alho e óleo e almondegas. Salada de alface. Laranja	Arroz, Strogonof de frango com milho. Salada de batata com cheiro verde. Maçã	Arroz, Polenta ca bolonhesa com manjeriço. Salada de alface. Mexirica
Lanche da tarde PARCIAL	Pão francês com presunto e suco de maracujá	Cuscuz de Legumes e suco de caju	PAVÊ de BANANA e suco de manga	PIPOCA e suco de acerola	BOLO e suco de caju

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 Maio



AGLASSI
MILTON
JOÃO MARCOS
ZEZÉ GIOVANETTI



ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/05/2023	30/05/2023	31/05/2023	01/06/2023	02/06/2023
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Leite co cacau 50% e biscoito cream cracker com requeijão	Café com leite e pão francês com manteiga	Vitamina de abacate e Bolo	Café com leite e pão de leite com manteiga	Leite co cacau 50% e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Macarrão parafuso com espinafre, ricota e tomate. Salada de vagem com cenoura. Maçã	Arroz, lentilha, isca de carne com pimentão, berinjela e cheiro verde. Salada de beterraba ralada. Laranja	Arroz, Polenta com calabresa ao molho de tomate e queijo ralado. Salada de Alface. Mexirica	Arroz, feijão, carne moída com batata e cheiro verde. Salada de Vinagrete. Laranja	Arroz, feijão, carne suína com batata doce, chuchu e cheiro verde. Salada de alface. Banana prata
Lanche da tarde PARCIAL	Sopa de Feijão com macarrão argolinha, batata e cheiro verde	Caldo Verde (batata/couve/paio)	Sopa de cará com carne desfiada, cenoura, chuchu e cheiro verde	Creme de Abóbora (servir com queijo ralado)	CANJA

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

