



Cardápio de Março



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR TIETÊ		FUNDAMENTAL INTEGRAL				1ª e 2ª SEMANA
SERVIÇOS 1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	02/03/2020	03/03/2020	04/03/2020	05/03/2020	06/03/2020	
LANCHE ENTRADA	Composto lacteo vitaminado e biscoito integral	Composto lácteo vitaminado e biscoito salado	Composto lácteo vitaminado e biscoito doce	Composto lácteo vitaminado e biscoito integral	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado	
LANCHE MANHÃ	Composto lacteo vitaminado e biscoito doce	Suco de polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e pão de leite com requeijão	Suco de polpa e pão de leite com creme vegetal	Composto lácteo vitaminado e biscoito integral	
ALMOÇO	Arroz, feijão, proteína com legumes. Salada. Fruta	Arroz, feijão, proteína com legumes. Salada. Fruta	Macarrão com legumes ao molho branco. Salada. Fruta	Arroz, feijão, proteína com legumes. Salada. Fruta	Arroz, feijão, proteína com legumes. Salada. Fruta	
LANCHE TARDE	Suco de caju e pão de leite com creme vegetal	Suco de goiaba e pão de leite com requeijão	Suco de caju e biscoito integral com creme vegetal	Suco de maracujá e biscoito salgado com requeijão	Suco de caju e pão de leite creme vegetal	
SERVIÇOS 2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
	09/03/2020	10/03/2020	11/03/2020	12/03/2020	13/03/2020	
LANCHE ENTRADA	Composto lácteo vitaminado e biscoito salgado	Suco polpa com biscoito integral	Suco polpa com biscoito doce	Suco polpa e biscoito salgado	Composto lácteo vitaminado e biscoito integral	
LANCHE MANHÃ	Composto lacteo vitaminado e biscoito integral	Suco polpa e bolo	Suco polpa e pão de leite com queijo	Suco polpa e bolo	Composto lácteo vitaminado e pão de leite com creme vegetal	
ALMOÇO	Arroz, feijão, abóbora com couve e molho branco. Salada de pepino. Melancia	Arroz, Feijão, carne desfiada com mandioca e cheiro verde. Salada de repolho com tomate. Gelatina	Macarrão com frango e berinjela ao molho de tomate com cheiro verde. Salada de alface. Goiaba	Arroz, feijão, carne desfiada com abobrinha, tomate e cheiro verde. Salada de beterraba. Banana	Arroz, feijão com carne suína, arroz e farofa rica com legumes. Salada de alface. Gelatina	
LANCHE TARDE	Suco polpa e pão de leite com queijo	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Suco polpa e pão de leite com requeijão	Suco polpa e pão de leite com creme vegetal	Suco polpa e pão de leite 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