




## CARDÁPIO - ESCOLAS MUNICIPAIS ( 6 à 10 anos)



SEMANA 1					
HORÁRIO DE SERVIAMENTO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
PERÍODO MATTUTINO 09:00 HORAS	Macarronada com carne moída, salada de ovos com chuchu e salada verde	Arroz, feijão, farofa com legumes, cubos de frango com molho e salada verde	Pão com doce de fruta, leite com chocolate e banana	Arroz, frango com batata, salada de pepino e salada verde	Mandioca, arroz, iscas bovinas ao molho vermelho, salada de beterraba ralada e salada verde <b>OFERTAR MAÇÃ</b>
PERÍODO VESPERTINO 15:00 HORAS					
SEMANA 2					
PERÍODO MATTUTINO 09:00 HORAS	Polenta cremosa com molho de frango, salada de cenoura ralada e salada verde	Arroz, feijão, carne moída com legumes, salada de tomate e salada verde	Pão com doce de fruta, leite com chocolate e banana	Risoto de frango, salada de repolho com cenoura	Macarronada com frango, salada de ovos com beterraba e salada verde. <b>OFERTAR MAÇÃ</b>
PERÍODO VESPERTINO 15:00 HORAS					
SEMANA 3					
PERÍODO MATTUTINO 09:00 HORAS	Mandioca cozida, molho de iscas bovinas, arroz, salada de repolho com tomate	Purê de batata, cubos de frango ao molho de tomate, arroz, salada verde	Pão com doce de fruta, leite com chocolate e banana	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa com legumes, salada de beterraba cozida e salada verde	Macarrão à bolonhesa (molho de tomate com carne moída), salada de cenoura ralada e salada verde. <b>OFERTAR MAÇÃ</b>
PERÍODO VESPERTINO 15:00 HORAS					
SEMANA 4					
PERÍODO MATTUTINO 09:00 HORAS	Polenta, frango em molho, arroz, salada de pepino e salada verde	Arroz, feijão, omelete com carne moída, farofa de legumes e salada verde	Pão com doce de fruta, leite com chocolate e banana	Risoto de frango, salada de repolho com cenoura	Arroz, iscas bovinas aceboladas, refogado de cenoura e chuchu, salada de tomate e salada verde. <b>OFERTAR MAÇÃ</b>
PERÍODO VESPERTINO 15:00 HORAS					

**OBS: Os legumes e as verduras devem ser feitas conforme sazonalidade; Se houver disponibilidade pode-se oferecer frutas mais vezes por semana;**

  
Nutricionista Laura Helena Norff CRN 8° - 9102  
Responsável pela Merenda Escolar

