



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE BARRETOS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO 2021 – Setembro
Escola Estadual - Período Integral

Drº Antônio Olympio
Profº Aymoré do Brasil
Profª Lacy Bonilha de Souza
Embaixador Macedo Soares
Profª Maria Helena Scannavino
Mário Vieira Marcondes
Valois Scortecci

			QUARTA-FEIRA (01/09)	QUINTA-FEIRA (02/09)	SEXTA-FEIRA (03/09)
Desjejum			Pão c/ manteiga + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã			Mamão picado	Laranja picada	Banana
Almoço			Arroz + feijão + pernil cozido c/ mandioca + salada de tomate	Arroz + feijão + salada de batata e cenoura c/ ovos cozidos + couve refogada	Macarronada à bolonhesa + salada de cenoura ralada c/ tomate
Lanche tarde			Bolacha + leite c/ achocolatado + laranja picada	Pão c/ frango desfiado + suco de laranja + banana	Bolo de cenoura + chá mate + mamão picado
	SEGUNDA-FEIRA (06/09)	TERÇA-FEIRA (07/09)	QUARTA-FEIRA (08/09)	QUINTA-FEIRA (09/09)	SEXTA-FEIRA (10/09)
Desjejum	Ponto facultativo	Feriado	Bolacha + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã			Laranja	Maçã	Laranja

Almoço			Arroz + feijão + carne moída c/ mandioca + vinagrete	Arroz + feijão + carne de panela c/ cenoura + batata doce assada temperada c/ alho e açafrão	Arroz + feijão + omelete de forno c/ legumes + salada de beterraba
Lanche tarde			Bolacha + leite c/ achocolatado + laranja picada	Pão c/ molho de carne moída + chá gelado + mamão picado	Canjica + maçã
	SEGUNDA-FEIRA (13/09)	TERÇA-FEIRA (14/09)	QUARTA-FEIRA (15/09)	QUINTA-FEIRA (16/09)	SEXTA-FEIRA (17/09)
Desjejum	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã	Maçã	Laranja	Banana	Laranja	Abacaxi em rodela
Almoço	Macarronada c/ molho de frango e muçarela + salada de cenoura ralada	Arroz + feijão + quibebe de frango c/ mandioca + salada de beterraba	Arroz + feijão + carne de panela c/ batata + salada de chuchu ao vinagrete	Arroz c/ ovos mexidos e presunto + feijão + salada de alface c/ tomate	Arroz + feijão + polenta c/ molho de carne moída + salada de tomate
Lanche tarde	Bolacha + suco de laranja	Pão c/ manteiga + leite com achocolatado + laranja	Bolacha + chá mate + abacaxi em rodela	Pipoca + suco caju + banana	Bolo de fubá + leite + laranja
	SEGUNDA-FEIRA (20/09)	TERÇA-FEIRA (21/09)	QUARTA-FEIRA (22/09)	QUINTA-FEIRA (23/09)	SEXTA-FEIRA (24/09)
Desjejum	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã	Abacaxi em rodela	Laranja	Laranja	Goiaba	Melão em fatias
Almoço	Arroz + feijão + salada de chuchu c/ ovos cozidos + salada de tomate	Macarronada c/ molho de carne em tiras + salada de tomate	Arroz + feijão + frango cozido + salada de abóbora moranga	Arroz + feijão + quibe assado + chuchu c/ molho branco	Arroz + feijão + pernil acebolado + farofa c/ couve
Lanche tarde	Canjica + mamão picado	Bolacha + leite c/ achocolatado + abacaxi em rodela	Pão c/ molho de frango + chá gelado c/ limão	Bolacha salgada c/ doce de banana + chá mate + melão em fatias	Torta de legumes c/ presunto + suco de laranja + goiaba

	SEGUNDA-FEIRA (27/08)	TERÇA-FEIRA (28/09)	QUARTA-FEIRA (29/09)	QUINTA-FEIRA (30/09)	
Desjejum	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	
Lanche da manhã	Laranja	Goiaba	Laranja	Mamão	
Almoço	Arroz + feijão + carne de panela c/ polenta	Arroz + feijão + frango cozido c/ batata doce + salada de tomate	Arroz c/ ovos mexidos + feijão + cabotiã refogada	Macarronada c/ molho de frango + salada de chicória c/ tomate	
Lanche tarde	Pipoca + suco caju + goiaba	Bolo de laranja + leite + melão	Biscoito de polvilho + chá mate + mamão	Pão c/ pernil desfiado + suco de laranja + Banana	

Obs: as frutas do lanche da tarde poderão ser servidas como sobremesa no horário de almoço aos alunos do período da tarde.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES MEDIANTE AUTORIZAÇÃO DAS NUTRICIONISTAS RESPONSÁVEIS

Cabe a unidade entrar em contato com o Departamento de Alimentação Escolar para relatar se as quantidades de alimentos estão sendo suficientes ou insuficientes.

Para evitamos desperdício, orientamos que alimentos perecíveis como hortifrútis, pães, ovos que estiverem sobrando devem ser **acrescentados às refeições e o Dep. de Alimentação Escolar deve ser comunicado para alterações nas quantidades.**

Vanessa Giselle Lopes Ribeiro
Nutricionista
CRN-3: 18029

Karla Brito Rodrigues Renofio
Nutricionista
CRN-3: 24175

Laura Resende Osinski
Nutricionista
CRN-3: 28567



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRETOS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO 2021 – Setembro
Escola Estadual - Período Integral

Cel. Almeida Pinto

			QUARTA-FEIRA (01/09)	QUINTA-FEIRA (02/09)	SEXTA-FEIRA (03/09)
<i>Desjejum (07:00 h/ Lanche da Tarde I (14:15 h))</i>			Pão c/ manteiga + leite	Bolacha + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
<i>Lanche da manhã (09:30) / Lanche da Tarde II (16:30 h)</i>			Bolacha + Leite c/ achocolatado + laranja picada	Pão c/ frango desfiado + suco de laranja + banana	Bolo de cenoura + chá mate + mamão picado
<i>Almoço (11:45 h/ Jantar (19:00 h))</i>			Arroz + feijão + pernil cozido c/ mandioca + salada de tomate	Arroz + feijão + salada de batata e cenoura c/ ovos cozidos + couve refogada	Macarronada à bolonhesa + salada de cenoura ralada c/ tomate
	SEGUNDA-FEIRA (06/09)	TERÇA-FEIRA (07/09)	QUARTA-FEIRA (08/09)	QUINTA-FEIRA (09/09)	SEXTA-FEIRA (10/09)
<i>Desjejum (07:00 h/ Lanche da Tarde I (14:15 h))</i>	Ponto facultativo	Feriado	Bolacha + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
<i>Lanche da manhã (09:30) / Lanche da Tarde II (16:30 h)</i>			Bolacha + chá gelado + mamão picado	Bolacha + leite c/ achocolatado + laranja picada	Canjica + maçã
<i>Almoço (11:45 h/ Jantar (19:00 h))</i>			Arroz + feijão + carne moída c/ mandioca + vinagrete	Arroz + feijão + carne de panela c/ cenoura + batata doce assada temperada c/ alho e açafrão	Arroz + feijão + omelete de forno c/ legumes + salada de beterraba

	SEGUNDA-FEIRA (13/09)	TERÇA-FEIRA (14/09)	QUARTA-FEIRA (15/09)	QUINTA-FEIRA (16/09)	SEXTA-FEIRA (17/09)
Desjejum (07:00 h/ Lanche da Tarde I (14:15 h))	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Bolacha + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Bolacha + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã (09:30) / Lanche da Tarde II (16:30 h)	Bolacha + suco de laranja	Bolacha + chá gelado + maçã	Pão c/ manteiga + leite + abacaxi em rodela	Pipoca + Suco caju + banana	Bolo de fubá + leite + laranja
Almoço (11:45 h/ Jantar (19:00 h))	Macarronada c/ molho de frango e muçarela + salada de cenoura ralada	Arroz + feijão + quibebe de frango c/ mandioca + salada de beterraba	Arroz + feijão + carne de panela c/ batata + salada de chuchu ao vinagrete	Arroz c/ ovos mexidos e presunto + feijão + salada de alface c/ tomate	Arroz + feijão + polenta c/ molho de carne moída + salada de tomate
	SEGUNDA-FEIRA (20/09)	TERÇA-FEIRA (21/09)	QUARTA-FEIRA (22/09)	QUINTA-FEIRA (23/09)	SEXTA-FEIRA (24/09)
Desjejum (07:00 h/ Lanche da Tarde I (14:15 h))	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Bolacha + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Bolacha + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã (09:30) / Lanche da Tarde II (16:30 h)	Canjica + mamão picado	Bolacha + leite c/ achocolatado + abacaxi em rodela	Pão c/ molho de frango + chá gelado c/ limão	Bolacha salgada c/ doce de banana + chá mate + melão	Torta de legumes c/ presunto + suco de laranja + goiaba
Almoço (11:45 h/ Jantar (19:00 h))	Arroz + feijão + salada de chuchu c/ ovos cozidos + salada de tomate	Macarronada c/ molho de carne em tiras + salada de tomate	Arroz + feijão + frango cozido + salada de abóbora moranga	Arroz + feijão + quibe assado + chuchu c/ molho branco	Arroz + feijão + pernil acebolado + farofa c/ couve
	SEGUNDA-FEIRA (27/08)	TERÇA-FEIRA (28/09)	QUARTA-FEIRA (29/09)	QUINTA-FEIRA (30/09)	
Desjejum (07:00 h/ Lanche da Tarde I (14:15 h))	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Bolacha + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	
Lanche da manhã (09:30) / Lanche da Tarde II (16:30 h)	Pipoca + suco caju + goiaba	Bolo de laranja + Leite c/ achocolatado + melão	Biscoito de polvilho + chá mate + mamão	Pão c/ pernil desfiado + suco de laranja + banana	
Almoço (11:45 h/ Jantar (19:00 h))	Arroz + feijão + carne de panela c/ polenta	Arroz + feijão + frango cozido c/ batata doce + salada de tomate	Arroz c/ ovos mexidos + feijão + cabotiã refogada	Macarronada c/ molho de frango + salada de chicória c/ tomate	

Obs: as frutas do lanche da tarde poderão ser servidas como sobremesa no horário de almoço aos alunos do período da tarde.

Cabe a unidade entrar em contato com o Departamento de Alimentação Escolar para relatar se as quantidades de alimentos estão sendo suficientes ou insuficientes.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES MEDIANTE AUTORIZAÇÃO DAS NUTRICIONISTAS RESPONSÁVEIS.

Para evitamos desperdício, orientamos que alimentos perecíveis como hortifrútis, pães, ovos que estiverem sobrando devem ser **acrescentados às refeições e o Dep. de Alimentação Escolar deve ser comunicado para alterações nas quantidades.**

Vanessa Giselle Lopes Ribeiro
Nutricionista
CRN-3: 18029

Karla Brito Rodrigues Renofio
Nutricionista
CRN-3: 24175

Laura Resende Osinski
Nutricionista
CRN-3: 28567