



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



CARDÁPIO 2021 – Setembro

Escolas Estaduais - Período Regular

Prof^o Benedito Pereira Cardoso
 Fábio Junqueira Franco
 Prof^a Paulina Nunes de Moraes
 Silvestre de Lima

			QUARTA-FEIRA (01/09)	QUINTA-FEIRA (02/09)	SEXTA-FEIRA (03/09)
Lanche manhã			Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + suco de laranja + mamão	Bolo de cenoura + chá mate + banana
Almoço/Jantar			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			Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + suco de laranja + mamão picado	Bolo de cenoura + chá mate + banana
	SEGUNDA-FEIRA (06/09)	TERÇA-FEIRA (07/09)	QUARTA-FEIRA (08/09)	QUINTA-FEIRA (09/09)	SEXTA-FEIRA (10/09)
Lanche manhã	Ponto facultativo	Feriado	Bolacha + chá mate + mamão	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + leite + maçã
Almoço/Jantar			Arroz + feijão + carne moída c/ mandioca + vinagrete	Arroz + feijão + carne de paneja c/ cenoura + batata doce assada temperada c/ alho e açafrão	Arroz + feijão + omelete de forno c/ legumes + salada de beterraba
Lanche tarde			Bolacha + chá mate + mamão picado	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + Leite + maçã

	SEGUNDA-FEIRA (13/09)	TERÇA-FEIRA (14/09)	QUARTA-FEIRA (15/09)	QUINTA-FEIRA (16/09)	SEXTA-FEIRA (17/09)
Lanche manhã	Canjica + maçã	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + chá mate + abacaxi em rodela	Biscoito + chá gelado c/ limão + banana	Bolo de fubá + leite + laranja
Almoço/Jantar	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	Canjica + maçã	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + chá mate + abacaxi em rodela	Biscoito + chá gelado c/ limão + 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)
Lanche manhã	Pipoca + suco caju + abacaxi em rodela	Pão c/ manteiga + Leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + chá mate + laranja	Bolacha salgada c/ doce de banana + chá mate + melão em fatias	Torta de legumes c/ presunto + suco de laranja + goiaba
Almoço/Jantar	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	Pipoca + suco caju + abacaxi em rodela	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + chá mate + laranja	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)	
Lanche manhã	Bolo de laranja + leite + goiaba	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + melão em fatias	Biscoito de polvilho + suco de caju + mamão picado	Pão c/ manteiga + suco de laranja + banana	
Almoço/Jantar	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	Bolo de laranja + leite + goiaba	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + melão em fatias	Biscoito de polvilho + suco de caju + mamão picado	Pão c/ manteiga + suco de laranja + banana	

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

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