



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



CARDÁPIOS 2021 – Setembro
Escolas Municipais - Período regular

			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 manhã			Mamão	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
	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 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 + chá gelado + mamão picado	Bolacha + leite c/ achocolatado + laranja picada	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 manhã	Laranja	Laranja	Banana	Laranja	Abacaxi em rodelas
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 caju + maçã	Pão c/ manteiga + leite + maçã	Biscoito de polvilho + chá mate + abacaxi em rodelas	Pipoca + suco de laranja + banana	Bolo de fubá + leite c/ achocolatado + laranja
	SEGUNDA-FEIRA (20/09)	TERÇA-FEIRA (21/09)	QUARTA-FEIRA (22/09)	QUINTA-FEIRA (23/09)	SEXTA-FEIRA (24/09)
Desjejum	Biscoito + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
Lanche manhã	Abacaxi em rodelas	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	Bolacha + leite c/ achocolatado + abacaxi em rodelas	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
	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 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 c/ achocolatado + 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 hortifrútiis, 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