



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE BARRETOS

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO 2021 – Setembro
ETEC

			QUARTA-FEIRA (01/09)	QUINTA-FEIRA (02/09)	SEXTA-FEIRA (03/09)
<i>Lanche da manhã</i>			Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + suco de laranja + mamão picado	Bolo de cenoura + chá mate + banana
<i>Almoço/Jantar</i>			Arroz + feijão + pernil cozido c/ mandioca + salada de tomate	Arroz + feijão + salada de batata e cenoura c/ ovos cozidos + salada de couve	Macarronada à bolonhesa + salada de cenoura ralada c/ tomate
<i>Lanche tarde</i>			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)
<i>Lanche da manhã</i>	Ponto facultativo	Feriado	Bolacha + chá mate + mamão picado	Pão c/ manteiga + Leite c/ achocolatado + laranja	Pão c/ manteiga + leite + maçã
<i>Almoço/Jantar</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
<i>Lanche tarde</i>			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 da 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 da 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	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	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 da manhã	Bolo de laranja + leite + goiaba	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado + melão	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	Biscoito de polvilho + suco de caju + mamão picado	Pão c/ manteiga + 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