



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE BARRETOS

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIOS 2021 – Outubro
Escolas Municipais - Período regular

	SEGUNDA-FEIRA (27/09)	TERÇA-FEIRA (28/09)	QUARTA-FEIRA (29/09)	QUINTA-FEIRA (30/09)	SEXTA-FEIRA (01/10)
Desjejum					Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã					Banana
Almoço					Arroz + feijão + carne moída c/ batata e cenoura
Lanche da tarde					Mamão + bolacha + leite
	SEGUNDA-FEIRA (04/10)	TERÇA-FEIRA (05/10)	QUARTA-FEIRA (06/10)	QUINTA-FEIRA (07/10)	SEXTA-FEIRA (08/10)
Desjejum	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate com limão	Pão c/ manteiga + leite	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
Lanche da manhã	Mamão	Mamão	Maçã	Banana + Bolo de chocolate + leite	Cachorro-quente + suco de caju
Almoço	Arroz c/ ovos mexidos e cenoura + feijão + salada de tomate	Arroz + feijão + carne de panela c/ cenoura + purê de batatas	Arroz + feijão + carne moída refogada c/ milho + salada de pepino c/ tomate	Galinhada + feijão	Arroz + feijão + pernil cozido c/ cabotiã + salada de tomate
Lanche da tarde	Laranja + bolacha + leite	Bolacha + leite c/ achocolatado	Milho cozido + suco de caju + Maçã	Banana + Bolo de chocolate + leite	Banana + cachorro-quente + suco de caju
	SEGUNDA-FEIRA (11/10)	TERÇA-FEIRA (12/10)	QUARTA-FEIRA (13/10)	QUINTA-FEIRA (14/10)	SEXTA-FEIRA (15/10)
Desjejum					

	Ponto facultativo	Feriado	Sem atividades	Sem atividades	Sem atividades
Lanche da manhã					
Almoço					
Lanche da tarde					
	SEGUNDA-FEIRA (18/10)	TERÇA-FEIRA (19/10)	QUARTA-FEIRA (20/10)	QUINTA-FEIRA (21/10)	SEXTA-FEIRA (22/10)
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	Bolacha maisena	Bolacha rosquinha	Maçã	Banana	Salada de frutas
Almoço	Arroz + feijão + carne de panela + milho verde refogado	Arroz + feijão + frango cozido c/ batata doce	Arroz + feijão + polenta c/ molho de carne moída + salada de beterraba	Arroz + feijão + farofa com ovos + couve refogada	Arroz + feijão + frango cozido com milho refogado + salada de tomate
Lanche da tarde	Maçã + bolacha + chá mate gelado	Pão c/ molho de frango + chá mate gelado	Pipoca + chá mate + maçã	Mamão + torta de legumes	Salada de frutas + bolacha + leite c/ achocolatado
	SEGUNDA-FEIRA (25/10)	TERÇA-FEIRA (26/10)	QUARTA-FEIRA (27/10)	QUINTA-FEIRA (28/10)	SEXTA-FEIRA (29/10)
Desjejum	Bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ manteiga + chá mate	Pão c/ manteiga + leite	Pão c/ manteiga + vitamina de goiaba	Feriado
Lanche da manhã	Mamão	Biscoito + chá mate	Goiaba	Bolo branco c/ cobertura de doce de goiaba + suco de melão	
Almoço	Arroz + feijão + ovos cozidos c/ batatas + salada de tomate	Arroz + feijão + frango cozido com batata e cenoura	Arroz + feijão + estrogonofe de carne + salada de cenoura ralada	Arroz + feijão + carne moída c/ legumes (batata, cenoura e chuchu)	
Lanche da tarde	Biscoito + suco de caju	Maçã + bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ carne moída + chá mate gelado + melão	Bolo branco c/ cobertura de doce de goiaba + suco de melão	

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