



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE BARRETOS

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO 2021 – Outubro ETEC

	SEGUNDA-FEIRA (27/09)	TERÇA-FEIRA (28/09)	QUARTA-FEIRA (29/09)	QUINTA-FEIRA (30/09)	SEXTA-FEIRA (01/10)
Lanche da manhã					Banana + bolacha + chá mate com limão
Almoço					Arroz + feijão + carne moída c/ batata e cenoura
Lanche da tarde					Banana + bolacha + chá mate com limão
	SEGUNDA-FEIRA (04/10)	TERÇA-FEIRA (05/10)	QUARTA-FEIRA (06/10)	QUINTA-FEIRA (07/10)	SEXTA-FEIRA (08/10)
Lanche da manhã	Laranja + bolacha + leite	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Milho cozido + suco de caju	Mamão + Bolo de chocolate + chá mate	Banana + pão c/ molho de carne moída + 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	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Milho cozido + suco de caju	Mamão + Bolo de chocolate + chá mate	Banana + pão c/ molho de carne moída + suco de caju
	SEGUNDA-FEIRA (11/10)	TERÇA-FEIRA (12/10)	QUARTA-FEIRA (13/10)	QUINTA-FEIRA (14/10)	SEXTA-FEIRA (15/10)
Lanche da manhã					
Almoço	Ponto facultativo	Feriado	Sem atividades	Sem atividades	Sem atividades
Lanche da tarde					
	SEGUNDA-FEIRA (18/10)	TERÇA-FEIRA (19/10)	QUARTA-FEIRA (20/10)	QUINTA-FEIRA (21/10)	SEXTA-FEIRA (22/10)

Lanche da manhã	Maçã + bolacha + leite	Pão c/ molho de frango + chá mate	Pipoca + chá mate + maçã	Mamão + bolo de fubá + chá mate	Salada de frutas + pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
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 + leite	Pão c/ molho de frango + chá mate	Pipoca + chá mate + maçã	Mamão + bolo de fubá + chá mate	Salada de frutas + pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado
	SEGUNDA-FEIRA (25/10)	TERÇA-FEIRA (26/10)	QUARTA-FEIRA (27/10)	QUINTA-FEIRA (28/10)	SEXTA-FEIRA (29/10)
Lanche da manhã	Biscoito + leite	Maçã + pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Pão c/ carne moída + chá mate + goiaba	Melão + canjica	Feriado
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 + leite	Maçã + bolacha + leite c/ achocolatado	Pão c/ carne moída + chá mate + goiaba	Bolo branco c/ cobertura de doce de goiaba + leite	

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 hortifrúteis, 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