



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



CARDÁPIO 2021 – Novembro

Escolas Estaduais - Período Regular

Profª Benedito Pereira Cardoso

Fábio Junqueira Franco

Profª Paulina Nunes de Moraes

Silvestre de Lima

	SEGUNDA-FEIRA (01/11)	TERÇA-FEIRA (02/11)	QUARTA-FEIRA (03/11)	QUINTA-FEIRA (04/11)	SEXTA-FEIRA (05/11)
Lanche da manhã	Ponto facultativo	Feriado	Torta de legumes c/ frango + suco de caju	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Melancia + pão c/ manteiga + leite
Almoço			Arroz + feijão + carne de panela + salada de pepino	Arroz + feijão + omelete de forno	Arroz + feijão + frango cozido + purê de cabotiã
Lanche da tarde			Torta de legumes c/ frango + suco de caju	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Melancia + pão c/ manteiga + leite + leite
	SEGUNDA-FEIRA (08/11)	TERÇA-FEIRA (09/11)	QUARTA-FEIRA (10/11)	QUINTA-FEIRA (11/11)	SEXTA-FEIRA (12/11)
Lanche da manhã	Biscoito de polvilho + suco de caju	Bolo de fubá + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Banana + pão c/ manteiga + leite	Mamão + canjica
Almoço	Arroz + feijão + polenta c/ molho de carne moída + salada de chuchu	Galinhada + feijão	Arroz + feijão + carne de panela c/mandioca	Arroz c/ ovos mexidos + feijão + couve refogada	Arroz + feijão + frango cozido c/ cenoura e chuchu + salada de repolho
Lanche da tarde	Biscoito de polvilho + suco de caju	Bolo de fubá + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Banana + Pão c/ manteiga + leite	Mamão + canjica
	SEGUNDA-FEIRA (15/11)	TERÇA-FEIRA (16/11)	QUARTA-FEIRA (17/11)	QUINTA-FEIRA (18/11)	SEXTA-FEIRA (19/11)
Lanche da manhã		Pipoca + Suco de uva	Torta de legumes c/ carne desfiada	Melão + pão c/ manteiga + leite	Suco de melão + pão c/ molho de carne desfiada

Almoço	Feriado	Arroz + feijão + omelete de forno + salada de repolho	Arroz + feijão + moída refogada c/ milho verde	Arroz + feijão + pirão de frango + salada de beterraba	Arroz + feijão + pernil cozido c/mandioca
Lanche da tarde		Pipoca + Suco de uva	Torta de legumes c/ carne desfiada	Melão + pão c/ manteiga + leite	Suco de melão + pão c/ molho de carne desfiada
	SEGUNDA-FEIRA (22/11)	TERÇA-FEIRA (23/11)	QUARTA-FEIRA (24/11)	QUINTA-FEIRA (25/11)	SEXTA-FEIRA (26/11)
Lanche da manhã	Pipoca + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Pão c/ molho de carne moída + suco de caju	Bolacha salgada c/ doce de banana + chá mate	Banana + bolo de cenoura + chá mate
Almoço	Arroz + feijão + ovos cozidos + salada de beterraba	Arroz + feijão + pirão de frango + milho verde refogado	Arroz + feijão + carne moída refogada + abóbora moranga refogada	Arroz + feijão + peixe assado com batata, cebola e tomate	Arroz + feijão + carne de panela + batata doce asada temperada com açafrão
Lanche da tarde	Pipoca + chá mate	Pão c/ manteiga + leite c/ achocolatado	Pão c/ molho de carne moída + suco de caju	Bolacha salgada c/ doce de banana + chá mate	Banana + bolo de chocolate + chá mate
	SEGUNDA-FEIRA (29/11)	TERÇA-FEIRA (30/11)			
Lanche da manhã	Biscoito de polvilho + suco de caju	Canjica			
Almoço	Arroz c/ ovos mexidos + feijão + salada de chuchu ao vinagrete	Macarronada à bolonhesa + salada de tomate			
Lanche da tarde	Biscoito de polvilho + suco de caju	Canjica			

Obs: as frutas dos 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 hortifrúts, 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

