



Divisão de Nutrição Escolar
Cardápio das Escolas Municipais

SETEMBRO / OUTUBRO
2018

Terça-feira 18/09	Quarta-feira 19/09	Quinta-feira 20/09	Sexta-feira 21/09	Segunda-feira 24/09
Macarrão com Frango (Peito de Frango) ao Molho (298 Kcal)	Sopa de Legumes (Batata doce e Tomate) com Macarrão (Ave Maria) e Carne (Cubos) (321 Kcal) Sobremesa - Fruta	Arroz + Feijão + Tiras ao Molho + Salada de Pepino (335 Kcal)	Arroz + Feijão + Farofa de Proteína de Soja + Salada de Repolho (289 Kcal)	Polenta à Bolonhesa (339 Kcal)
25/09 Macarrão com Ragu de Linguiça (390 Kcal)	26/09 Risoto de Frango (Peito de Frango) com Brócolis e Cenoura Ralada (348 Kcal) Sobremesa - Fruta	27/09 Arroz + Feijão + Carne em Cubos + Salada de Alface (350 Kcal)	28/09 Arroz + Feijão + Tiras ao Molho + Salada de Beterraba (298 Kcal)	01/10 Macarrão à Bolonhesa (373,40 Kcal)
02/10 Arroz Colorido (Ovo, Milho, Ervilha e Vagem, Açafrão) (340 Kcal)	03/10 Arroz + Feijão + Carne em Cubos com Batata e Chuchu (392 Kcal) Sobremesa - Fruta	04/10 Arroz + Feijão + Frango (Coxa e Sobrecoxa) ao Molho + Salada de Couve-flor (365 kcal)	05/10 Arroz + Feijão + Tiras Aceboladas + Abóbora Refogada Amassadinha com Chimichurri, Cebolinha e Salsinha (320 Kcal)	08/10 Polenta à Bolonhesa (339 Kcal)
09/10 Creme de Chocolate (Leite em pó, achocolatado e amido) (328 Kcal)	10/10 Arroz + Feijão + Farofa de Pernil com Abobrinha Ralada Sobremesa - Gelatina (326 Kcal)	11/10 Cachorro Quente Bolinho Pronto Cookies Sorvete	12/10 FERIADO	15/10 FERIADO

Dra. Sheila C. Sargi
NUTRICIONISTA
CRN-8 3504

Cardápio Elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE - Manual de Orientação para alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos. O cardápio poderá sofrer algumas alterações com autorização prévia da Nutricionista. OBS: As saladas e as frutas devem ser feitas de acordo com a disponibilidade sem deixar estragar, não havendo problemas em alterar os dias. Ao chegar produtos que não fazem parte do cardápio, os mesmos deverão ser encaixados, pois trata-se dos itens da Agricultura Familiar.