**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Zacarias de Goés e Vasconcelos**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 21/03** | **TERÇA 22/03** | **QUARTA 23/03** | **QUINTA 24/03** | **SEXTA 25/03** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Purê de batata com músculo ao molho  Feijão preto  Salada de Alface | Arroz parboilizado  Feijão branco  Abobrinha e batata cozidas com frango  Sobremesa: Banana | Café com leite  Pão fatiado com doce de frutas | Arroz parboilizado com músculo desfiado  Feijão branco  Abóbora cozida | Iogurte de morango  Banana |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**CMEI Criança Feliz ( Infantil 4 e 5)**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 21/03** | **TERÇA 22/03** | **QUARTA 23/03** | **QUINTA 24/03** | **SEXTA 25/03** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Purê de batata com músculo ao molho  Feijão preto  Salada de Alface  Sobremesa: Morango | Arroz parboilizado  Feijão branco  Abobrinha e batata doce cozidas com frango  Sobremesa: Banana | Vitamina de morango  Sobremesa: Maçã | Arroz parboilizado com músculo desfiado  Feijão branco  Abóbora cozida  Suco de maracujá | Iogurte de morango  Pão com margarina  Sobremesa: Laranja |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**CMEI Raio de Sol ( Infantil 4 e 5)**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 21/03** | **TERÇA 22/03** | **QUARTA 23/03** | **QUINTA 24/03** | **SEXTA 25/03** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Purê de batata com músculo ao molho  Feijão preto  Salada de Alface  Sobremesa: Morango | Arroz parboilizado  Feijão branco  Abobrinha e batata doce cozidas com frango  Sobremesa: Banana | Vitamina de morango  Sobremesa: Maçã | Arroz parboilizado com músculo desfiado  Feijão branco  Abóbora cozida  Suco de maracujá | Iogurte de morango  Pão com margarina  Sobremesa: Laranja |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Juscelino K de Oliveira**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 21/03** | **TERÇA 22/03** | **QUARTA 23/03** | **QUINTA 24/03** | **SEXTA 25/03** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Purê de batata com músculo ao molho  Feijão preto  Salada de Alface  Sobremesa: Morango | Arroz parboilizado  Feijão branco  Abobrinha e batata doce cozidas com frango  Sobremesa: Banana | Vitamina de morango  Sobremesa: Maçã | Arroz parboilizado com músculo desfiado  Feijão branco  Abóbora cozida  Suco de maracujá | Iogurte de morango  Pão com margarina  Sobremesa: Laranja |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Homero Talevi Campos**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 21/03** | **TERÇA 22/03** | **QUARTA 23/03** | **QUINTA 24/03** | **SEXTA 25/03** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Purê de batata com músculo ao molho  Feijão preto  Salada de Alface | Arroz parboilizado  Feijão branco  Abobrinha e batata doce cozidas com frango  Sobremesa: Banana | Vitamina de morango  Sobremesa: Laranja | Arroz parboilizado com músculo desfiado  Feijão branco  Salada: Repolho  Sobremesa: Banana | Iogurte de morango  Sobremesa: Maçã |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola João Batista Lemes**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 21/03** | **TERÇA 22/03** | **QUARTA 23/03** | **QUINTA 24/03** | **SEXTA 25/03** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Purê de batata com músculo ao molho  Feijão preto  Salada de Alface e pepino | Arroz parboilizado  Feijão branco  Abobrinha e batata doce cozidas com frango  Sobremesa: Banana | Chá matte  Pão com carne moída  Sobremesa: Maracujá cremoso | Arroz parboilizado com músculo desfiado  Feijão branco  Salada: Repolho  Sobremesa: Creme de morango | Iogurte de morango  Salada de frutas |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Zacarias de Goés e Vasconcelos**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 28/03** | **TERÇA 29/03** | **QUARTA 30/03** | **QUINTA 31/03** | **SEXTA 01/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado com músculo em cubos  Feijão preto  Salada de couve | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata doce cozida com frango  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado  Lentilha cozida  Ovos mexidos  Chuchu cozido  Sobremesa: Caqui | Arroz parboilizado  Virado de feijão com pernil desfiado Abóbora cozida  Sobremesa: Laranja | Vitamina de banana  Maçã |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Homero Talevi Campos**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 28/03** | **TERÇA 29/03** | **QUARTA 30/03** | **QUINTA 31/03** | **SEXTA 01/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado com músculo em cubos  Lentilha cozida  Salada de couve | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata doce cozida com frango  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado  Feijão preto  Ovos mexidos  Chuchu cozido  Sobremesa: Caqui | Arroz parboilizado  Virado de feijão com pernil desfiado e proteína de soja  Abóbora cozida  Sobremesa: Laranja | Vitamina de banana  Maçã |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Juscelino K. de Oliveira**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 28/03** | **TERÇA 29/03** | **QUARTA 30/03** | **QUINTA 31/03** | **SEXTA 01/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado com músculo em cubos  Lentilha cozida  Salada de couve | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata doce cozida com frango  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado  Feijão preto  Ovos mexidos  Chuchu cozido  Sobremesa: Caqui | Arroz parboilizado  Virado de feijão com pernil desfiado e proteína de soja  Abóbora cozida  Sobremesa: Laranja | Sopa de mandioca com carne moída  Salada de abobrinha  Sobremesa: Maçã |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Cmei Raio de Sol( Infantil 4 e 5)**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 28/03** | **TERÇA 29/03** | **QUARTA 30/03** | **QUINTA 31/03** | **SEXTA 01/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado com músculo em cubos  Lentilha cozida  Salada de couve  Sobremesa: Morango | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata doce cozida com frango  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado  Feijão preto  Ovos mexidos  Chuchu e abóbora cozidos  Sobremesa: Caqui | Iogurte de morango Sobremesa: Maçã | Sopa de mandioca com carne moída  Salada de abobrinha  Sobremesa:Laranja |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Cmei Criança Feliz ( Infantil 4 e 5)**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 28/03** | **TERÇA 29/03** | **QUARTA 30/03** | **QUINTA 31/03** | **SEXTA 01/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado com músculo em cubos  Lentilha cozida  Salada de couve  Sobremesa: Morango | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata doce cozida com frango  Sobremesa: Banana  Suco de maracujá | Arroz parboilizado  Feijão preto  Ovos mexidos  Chuchu e abóbora cozidos  Sobremesa: Caqui | Iogurte de morango Sobremesa: Maçã | Sopa de mandioca com carne moída  Salada de abobrinha  Sobremesa:Laranja |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola João Batista Lemes**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Março**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 28/03** | **TERÇA 29/03** | **QUARTA 30/03** | **QUINTA 31/03** | **SEXTA 01/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado com músculo em cubos  Feijão preto  Salada de couve  Sobremesa: Morango | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata doce cozida com frango  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado  Lentilha cozida  Ovos mexidos  Chuchu cozido  Sobremesa: Caqui | Arroz parboilizado  Virado de feijão com pernil desfiado Abóbora cozida  Sobremesa: Laranja | Vitamina de banana  Maçã |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola João Batista Lemes**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Abril**

**Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 04/04** | **TERÇA 05/04** | **QUARTA 06/04** | **QUINTA 07/04** | **SEXTA 08/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz doce | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata doce cozida  Frango ao molho  Salada de repolho  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado com cenoura ralada  Feijão preto  Carne moída com batata  Salada de tomate  Sobremesa: Maçã | Quirerinha ao molho de músculo bovino  Vagem cozida  Sobremesa: Banana | Purê de batata  Carne moída ao molho  Salada mista  Sobremesa: Banana |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Homero Talevi Campos**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Abril Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 04/04** | **TERÇA 05/04** | **QUARTA 06/04** | **QUINTA 07/04** | **SEXTA 08/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz com carne moída  Feijão branco  Salada de Repolho | Arroz parboilizado  Sopa de mandioca com músculo desfiado ao molho  Farofa de repolho e ovo  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado com cenoura ralada  Feijão preto  Batata cozida com pernil desfiado  Salada de tomate  Sobremesa: Maçã | Quirerinha ao molho de músculo bovino  Vagem cozida  Sobremesa: Banana | Purê de batata  Carne moída ao molho  Salada mista  Sobremesa: Banana |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Cmei Criança Feliz**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Abril Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 04/04** | **TERÇA 05/04** | **QUARTA 06/04** | **QUINTA 07/04** | **SEXTA 08/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado  carne moída ao molho  Feijão branco  Salada de Repolho | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata cozida com frango ao molho  Salada de tomate  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado com cenoura ralada  Feijão preto  Farofa com proteína de soja e pernil desfiado  Salada de tomate  Sobremesa: Maçã | Quirerinha ao molho de músculo bovino  Vagem cozida  Sobremesa: Banana | Purê de batata  Carne moída ao molho  Salada mista  Sobremesa: Banana |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Cmei Raio de Sol**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Abril Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 04/04** | **TERÇA 05/04** | **QUARTA 06/04** | **QUINTA 07/04** | **SEXTA 08/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado  carne moída ao molho  Feijão branco  Salada de Repolho  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata cozida com frango ao molho  Salada de alface tomate  Sobremesa: Morango | Arroz parboilizado com cenoura ralada  Feijão preto  Farofa com proteína de soja e pernil desfiado  Salada de tomate e pepino  Sobremesa: Maçã | Quirerinha ao molho de músculo bovino  Vagem cozida  Sobremesa: Banana | Purê de batata  Carne moída ao molho  Salada mista  Sobremesa: Banana |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Juscelino K. de Oliveira**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Abril Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 04/04** | **TERÇA 05/04** | **QUARTA 06/04** | **QUINTA 07/04** | **SEXTA 08/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado  carne moída ao molho  Feijão branco  Salada de Repolho | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata cozida com frango ao molho  Salada de alface e tomate  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado com cenoura ralada  Feijão preto  Farofa com proteína de soja e pernil desfiado  Salada de tomate  Sobremesa: Maçã | Quirerinha ao molho de músculo bovino  Vagem cozida  Sobremesa: Banana | Purê de batata  Carne moída ao molho  Salada mista  Sobremesa: Banana |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Escola Zacarias de Góes e Vasconcelos**

**PERÍODO PARCIAL**

**Mês: Abril Ano: 2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| REFEIÇÃO | **SEGUNDA 04/04** | **TERÇA 05/04** | **QUARTA 06/04** | **QUINTA 07/04** | **SEXTA 08/04** |
| **ALMOÇO**  **400-600 Kcal**  Macro nutrientes 55-65% CHO 15-20% PTN e15-30% LIP | Arroz parboilizado  carne moída ao molho  Feijão branco  Salada de Repolho | Arroz parboilizado  Feijão branco  Batata cozida com frango ao molho  Salada de alface e tomate  Sobremesa: Banana | Arroz parboilizado com cenoura ralada  Feijão preto  Farofa com proteína de soja  Omelete  Salada de tomate  Sobremesa: Maçã | Quirerinha ao molho de músculo bovino  Vagem cozida  Sobremesa: Banana | Purê de batata com caldo de feijão  Salada mista  Ovos cozidos  Sobremesa: Banana |

Obs: As saladas serão preparadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade!!!