



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/02	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	=====	=====	Arroz com frango Feijão preto cozido	Canjiquinha de milho com carne moída	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa com carne suína desfiada

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/02	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	=====	=====	Arroz com frango Feijão preto cozido	Canjiquinha de milho com carne moída	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa com carne suína desfiada

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K de Oliveira (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/02	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	=====	=====	Arroz com frango Feijão preto cozido	Canjiquinha de milho com carne moída	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa com carne suína desfiada

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de Sol (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/02	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	=====	=====	Arroz com frango Feijão preto cozido	Canjiquinha de milho com carne moída	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa com carne suína desfiada

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança Feliz (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/02	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	=====	=====	Arroz com frango Feijão preto cozido	Canjiquinha de milho com carne moída	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa com carne suína desfiada

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/02	TERÇA 14/02	QUARTA 15/02	QUINTA 16/02	SEXTA 17/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão ao molho de carne moída	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa de couve e proteína de soja Pernil suíno cozido	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída com batata e abóbora cozidas	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde com frango desfiado	Polenta cozida ao molho de frango Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/02	TERÇA 14/02	QUARTA 15/02	QUINTA 16/02	SEXTA 17/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão ao molho de carne moída Salada de Tomate	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa de couve proteína de soja e pernil suíno cozido Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa de milho verde com frango desfiado Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado com carne moída Feijão preto Cenoura cozida	Polenta cozida ao molho de frango Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/02	TERÇA 14/02	QUARTA 15/02	QUINTA 16/02	SEXTA 17/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão ao molho de carne moída	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa de proteína de soja e pernil suíno cozido Salada de chuchu Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa de milho verde com frango desfiado Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado com carne moída Feijão preto Milho verde cozido Cenoura cozida	Polenta cozida ao molho de frango Salada de chuchu

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de Sol (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/02	TERÇA 14/02	QUARTA 15/02	QUINTA 16/02	SEXTA 17/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão ao molho de carne moída Beterraba cozida	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa de proteína de soja e pernil suíno cozido Salada de chuchu Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa de milho verde com frango desfiado Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado com carne moída Feijão preto Milho verde cozido Cenoura cozida	Polenta cozida ao molho de frango Salada de chuchu

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança Feliz (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/02	TERÇA 14/02	QUARTA 15/02	QUINTA 16/02	SEXTA 17/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão ao molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa de proteína de soja e pernil suíno cozido Couve refogada Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa com frango desfiado e cenoura cozida Sobremesa: Uva	Arroz parboilizado com carne moída Feijão preto Abóbora cozida	Polenta cozida ao molho de frango Salada de tomate e cenoura ralada

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança Feliz (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/02	TERÇA 21/02	QUARTA 22/02	QUINTA 23/02	SEXTA 24/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado Farofa de frango Feijão preto Abóbora cozida	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com carne suina Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de Sol (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/02	TERÇA 21/02	QUARTA 22/02	QUINTA 23/02	SEXTA 24/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado Farofa de frango Feijão preto Cenoura cozida	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho com carne suína Salada de beterraba

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K. de Oliveira(Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/02	TERÇA 21/02	QUARTA 22/02	QUINTA 23/02	SEXTA 24/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado Farofa de frango Feijão preto Chuchu cozido	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho com carne suína Salada de cenoura

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero T. Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/02	TERÇA 21/02	QUARTA 22/02	QUINTA 23/02	SEXTA 24/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado Farofa de frango Feijão preto Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho com carne suína Salada de cenoura

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/02	TERÇA 21/02	QUARTA 22/02	QUINTA 23/02	SEXTA 24/02
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado Farofa de frango Feijão preto Abóbora cozida	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com carne suina Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro/Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/02	TERÇA 28/02	QUARTA 01/03	QUINTA 02/03	SEXTA 03/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Polenta cozida com molho de carne moída Abobrinha refogada	Risoto de frango Couve refogada Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída refogada Abóbora cozida Sobremesa: Banana	Macarrão ao molho de frango Salada de tomate Sobremesa: Banana	Virado de feijão Arroz parboilizado Milho cozido Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro/Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/02	TERÇA 28/02	QUARTA 01/03	QUINTA 02/03	SEXTA 03/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Polenta cozida com molho de carne moída Abobrinha refogada	Risoto de frango Couve refogada Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Carne moída refogada Abóbora cozida Sobremesa: Banana	Macarrão ao molho de frango Salada de tomate	Virado de feijão Arroz parboilizado Milho cozido Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro/Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/02	TERÇA 28/02	QUARTA 01/03	QUINTA 02/03	SEXTA 03/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Polenta cozida com molho de carne moída Salada de tomate	Risoto de frango Couve refogada Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Carne moída refogada Mingau de milho Sobremesa: Banana	Macarrão ao molho de frango Salada de tomate	Virado de feijão Arroz parboilizado Milho cozido Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de Sol (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro/Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/02	TERÇA 28/02	QUARTA 01/03	QUINTA 02/03	SEXTA 03/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Polenta cozida com molho de carne moída Salada de tomate	Risoto de frango Chuchu ao molho branco Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Carne moída refogada Mingau de milho Sobremesa: Banana	Macarrão ao molho de frango Salada de tomate Sobremesa: Banana	Virado de feijão Arroz parboilizado Milho cozido Chuchu cozido

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança feliz (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro/Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/02	TERÇA 28/02	QUARTA 01/03	QUINTA 02/03	SEXTA 03/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Polenta cozida com molho de carne moída Salada de tomate	Risoto de frango Abobrinha cozida Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Carne moída refogada Mingau de milho Sobremesa: Banana	Macarrão ao molho de frango Couve refogada Sobremesa: Banana	Feijão branco Arroz parboilizado Farofa de milho Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança feliz (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/03	TERÇA 07/03	QUARTA 08/03	QUINTA 09/03	SEXTA 10/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde Carne cozida ao molho	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de frango Abobrinha refogada	Arroz com lentilha Pernil cozido Couve refogada	Canjiquinha de milho com frango em cubos Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de Sol (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/03	TERÇA 07/03	QUARTA 08/03	QUINTA 09/03	SEXTA 10/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde Carne cozida ao molho	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de frango Chuchu cozido	Arroz com lentilha Pernil cozido Couve refogada	Canjiquinha de milho com frango em cubos Salada de tomate

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/03	TERÇA 07/03	QUARTA 08/03	QUINTA 09/03	SEXTA 10/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde Carne cozida ao molho	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de frango Abobrinha refogada	Arroz com lentilha Pernil cozido Couve refogada	Canjiquinha de milho com frango em cubos Salada de Pepino

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/03	TERÇA 07/03	QUARTA 08/03	QUINTA 09/03	SEXTA 10/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde Carne cozida ao molho	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de frango	Arroz com lentilha Pernil cozido	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de milho e pernil desfiado

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/03	TERÇA 07/03	QUARTA 08/03	QUINTA 09/03	SEXTA 10/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde Carne cozida ao molho	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de frango Couve refogada	Arroz com lentilha Pernil cozido Quibebe de abóbora	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de milho e pernil desfiado Abobrinha cozida

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/03	TERÇA 14/03	QUARTA 15/03	QUINTA 16/03	SEXTA 17/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz com lentilha Pernil cozido Farofa com abobrinha	Arroz parboilizado Feijão preto Carne cozida ao molho Salada de alface Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida com carne moída Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Pernil desfiado Quibebe de abóbora	Macarrão ao molho de frango Salada de pepino e alface

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/03	TERÇA 14/03	QUARTA 15/03	QUINTA 16/03	SEXTA 17/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz com lentilha Pernil cozido Farofa com abobrinha	Arroz parboilizado Feijão preto Carne cozida ao molho Salada de alface Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida com carne moída Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Pernil desfiado com abobrinha cozida	Macarrão ao molho de frango Salada de pepino e alface

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/03	TERÇA 14/03	QUARTA 15/03	QUINTA 16/03	SEXTA 17/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz com lentilha Pernil cozido Farofa com abobrinha	Arroz parboilizado Feijão preto Carne cozida ao molho Salada de alface Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida com carne moída Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Pernil desfiado Quibebe de abóbora Sobremesa: Banana	Macarrão ao molho de frango Salada de pepino e alface 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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de sol (Infantil 4 e 5))

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/03	TERÇA 14/03	QUARTA 15/03	QUINTA 16/03	SEXTA 17/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz com lentilha Pernil cozido Farofa com abobrinha	Arroz parboilizado Feijão preto Carne cozida ao molho Salada de alface Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida com carne moída Cenoura cozida Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Pernil desfiado Quibebe de abóbora Sobremesa: Banana	Macarrão ao molho de frango Salada de alface 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



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança Feliz (Infantil 4 e 5))

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 13/03	TERÇA 14/03	QUARTA 15/03	QUINTA 16/03	SEXTA 17/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz com lentilha Pernil cozido Farofa com abobrinha	Arroz parboilizado Feijão preto Carne cozida ao molho Salada de alface Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida com carne moída Cenoura cozida Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Pernil desfiado Quibebe de abóbora	Macarrão ao molho de frango Salada de alface

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança Feliz (Infantil 4 e 5))

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/03	TERÇA 21/03	QUARTA 22/03	QUINTA 23/03	SEXTA 24/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com pernil cozido Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Polenta cozida Carne cozida ao molho Abobrinha cozida	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa com frango desfiado Salada de pepino Suco de maracujá	Macarrão com molho de carne moída Salada de alface e pepino	Arroz parboilizado Feijão branco Pernil cozido Batata doce assada Salada de tomate Suco de maracujá

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de Sol (Infantil 4 e 5))

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/03	TERÇA 21/03	QUARTA 22/03	QUINTA 23/03	SEXTA 24/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com pernil cozido Salada de pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Polenta cozida Carne cozida ao molho Chuchu cozido	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa com frango desfiado Salada de pepino	Macarrão com molho de carne moída Chuchu cozido	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa com Pernil cozido desfiado

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/03	TERÇA 21/03	QUARTA 22/03	QUINTA 23/03	SEXTA 24/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com pernil cozido Salada de pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Polenta cozida Carne cozida ao molho Chuchu cozido	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa com frango desfiado Salada de pepino	Macarrão com molho de carne moída Chuchu cozido	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa com Pernal cozido desfiado

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/03	TERÇA 21/03	QUARTA 22/03	QUINTA 23/03	SEXTA 24/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com pernil cozido Salada de pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Polenta cozida Carne cozida ao molho Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa com frango desfiado Abobrinha cozida	Macarrão com molho de carne moída Salada de pepino e tomate	Arroz parboilizado Virado de feijão com pernil desfiado Abobrinha cozida

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 20/03	TERÇA 21/03	QUARTA 22/03	QUINTA 23/03	SEXTA 24/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com pernil cozido Salada de pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Polenta cozida Carne cozida ao molho Salada de Tomate Sobremesa: Melancia	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa com frango desfiado Abobrinha cozida Sobremesa: Melancia	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Virado de feijão com pernil desfiado Quibebe de abóbora

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/03	TERÇA 28/03	QUARTA 29/03	QUINTA 30/03	SEXTA 31/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate e pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Quibebe de abóbora Carne cozida ao molho Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Abobrinha cozida com frango em cubos Salada de Pepino Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida Pernil cozido em cubos Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho com pernil desfiado Abobrinha cozida

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/03	TERÇA 28/03	QUARTA 29/03	QUINTA 30/03	SEXTA 31/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Farofa de milho verde Carne cozida ao molho Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Abobrinha cozida com frango em cubos Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida Pernil cozido em cubos Salada de Chuchu	Arroz parboilizado Virado de lentilha com pernil desfiado Abobrinha cozida Salada de pepino

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/03	TERÇA 28/03	QUARTA 29/03	QUINTA 30/03	SEXTA 31/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de Pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Farofa de milho verde Carne cozida ao molho Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Abobrinha cozida Frango cozido em cubos Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida em calda Pernil cozido em cubos Salada de Chuchu Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Virado de lentilha com pernil desfiado Mingau de milho verde 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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Raio de Sol (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/03	TERÇA 28/03	QUARTA 29/03	QUINTA 30/03	SEXTA 31/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de Pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Farofa de milho verde Carne cozida com cenoura Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Chuchu cozido Frango cozido em cubos Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida em calda Pernil cozido em cubos Salada de Chuchu Sobremesa: Goiaba	Arroz parboilizado Virado de lentilha com pernil desfiado Mingau de milho verde 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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Cmei Criança Feliz (Infantil 4 e 5)

PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 27/03	TERÇA 28/03	QUARTA 29/03	QUINTA 30/03	SEXTA 31/03
ALMOÇO 400-600 Kcal Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP	Macarrão com molho de carne moída Salada de Pepino	Arroz parboilizado Feijão preto Farofa de milho verde Carne cozida com cenoura Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Chuchu cozido Frango cozido em cubos Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Batata doce cozida em calda Pernil cozido em cubos Salada de Chuchu Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Virado de lentilha com pernil desfiado Salada de cenoura Salada de pepino

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! **Elaborado por: Luciana Soares Vargas CRN8/5607**