

#### Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/002	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO					
400-600 Kcal	===========	=========	Arroz com frango	Canjiquinha de milho	Arroz parboilizado
			Feijão preto cozido	com carne moída	Feijão preto cozido
					Farofa com carne suína desfiada
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### **Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)**

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/002	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO					
400-600 Kcal	=============	==========	Arroz com frango	Canjiquinha de milho com carne moída	Arroz parboilizado
			Feijão preto cozido	com carrie moida	Feijão preto cozido
					Farofa com carne suína desfiada
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### Escola Juscelino K de Oliveira (Ensino Fundamental)

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/002	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO					
400-600 Kcal	===========	=========	Arroz com frango	Canjiquinha de milho	Arroz parboilizado
			Feijão preto cozido	com carne moída	Feijão preto cozido
					Farofa com carne suína desfiada
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



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

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/002	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO					
400-600 Kcal	===========	=========	Arroz com frango	Canjiquinha de milho	Arroz parboilizado
			Feijão preto cozido	com carne moída	Feijão preto cozido
					Farofa com carne suína desfiada
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



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

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 06/002	TERÇA 07/02	QUARTA 08/02	QUINTA 09/02	SEXTA 10/02
ALMOÇO			A	Canillariaha da milla	American de allianda
400-600 Kcal	=======================================		Arroz com frango Feijão preto cozido	Canjiquinha de milho com carne moída	Arroz parboilizado Feijão preto cozido Farofa com carne suína
					desfiada
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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		Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Polenta cozida ao
400-600 Kcal	Macarrão ao molho de	Feijão preto cozido	Feijão preto	Feijão preto	molho de frango
	carne moída	Farofa de couve e proteína de soja Pernil suíno cozido	Carne moída com batata e abóbora cozidas	Mingau de milho verde com frango desfiado	Salada de tomate
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### **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	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 moida Feijão preto Cenoura cozida	Polenta cozida ao molho de frango Salada de tomate
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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		Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado com	Polenta cozida ao
400-600 Kcal	Macarrão ao molho de	Feijão branco cozido	Feijão branco cozido	carne moida	molho de frango
	carne moída	Farofa de proteína de	Farofa de milho verde com	Feijão preto	Salada de chuchu
		soja e pernil suíno	frango desfiado	Milho verde cozido	
		cozido	Sobremesa: Uva	Cenoura cozida	
		Salada de chuchu	Sobiemesa. Ova	Ceriodra cozida	
		Sobremesa: Uva			
		Sobiemesa. Ova			
Macro nutrientes					
55-65% CHO 15-					
20% PTN e15-30%					
LIP					



#### 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	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	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
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP		Sobremesa: Uva			



#### 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	Macarrão ao molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa de proteína de soja e pernil suíno	Arroz parboilizado Feijão branco cozido Farofa com frango desfiado e cenoura cozida	Arroz parboilizado com carne moída Feijão preto Abóbora cozida	Polenta cozida ao molho de frango Salada de tomate e cenoura ralada
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP		cozido Couve refogada Sobremesa: Uva	Sobremesa: Uva		



#### 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	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado Farofa de frango	Arroz parboilizado Feijão preto
				Feijão preto Abóbora cozida	Canjiquinha de milho com carne suina Salada de tomate
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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	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
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado  Farofa de frango  Feijão preto	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho com
				Chuchu cozido	carne suína Salada de cenoura
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### **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	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado  Farofa de frango  Feijão preto	Arroz parboilizado  Feijão preto  Mingau de milho com
				Salada de tomate	carne suína Salada de cenoura
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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	Recesso Carnaval	Carnaval	Recesso Carnaval	Arroz parboilizado Farofa de frango Feijão preto	Arroz parboilizado Feijão preto Canjiquinha de milho com carne suina
				Abóbora cozida	Salada de tomate
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino fundamental)

#### PERÍODO PARCIAL

Mês: Fevereiro/Março Ano: 2023

ALMOÇO  400-600 Kcal  Polenta cozida com molho de carne moída Abobrinha refogada  Abobrinha refogada  Risoto de frango Arroz parboilizado Couve refogada  Feijão preto Salada de tomate  Macarrão ao molho de frango Arroz parboilizado Couve refogada  Sobremesa: Banana Carne moída refogada  Milho cozid	A 03/03
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30%	feijão poilizado do



#### **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	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
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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	Polenta cozida com molho de carne moída Salada de tomate	Risoto de frango Couve refogada Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco Carne moída refogada	Macarrão ao molho de frango Salada de tomate	Virado de feijão Arroz parboilizado Milho cozido
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP			Mingau de milho Sobremesa: Banana		Salada de tomate



#### 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	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
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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	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	Macarrão ao molho de frango Couve refogada Sobremesa: Banana	Feijão branco Arroz parboilizado Farofa de milho Salada de tomate
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP			Sobremesa: Banana		



#### 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	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto	Arroz parboilizado Feijão branco	Arroz com lentilha Pernil cozido	Canjiquinha de milho com frango em cubos Salada de tomate
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30%		Mingau de milho verde Carne cozida ao molho	Farofa de frango Abobrinha refogada	Couve refogada	
LIP					



#### 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	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de frango	Arroz com lentilha Pernil cozido Couve refogada	Canjiquinha de milho com frango em cubos Salada de tomate
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP		Carne cozida ao molho	Chuchu cozido		



#### **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	Macarrão com molho de carne moída Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Mingau de milho verde	Arroz parboilizado Feijão branco Farofa de frango	Arroz com lentilha Pernil cozido Couve refogada	Canjiquinha de milho com frango em cubos Salada de Pepino
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP		Carne cozida ao molho	Abobrinha refogada	Couve relogada	



#### 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	Macarrão com molho	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz com lentilha	Arroz parboilizado
400-600 Kcal	de carne moída	Feijão preto	Feijão branco	Pernil cozido	Feijão branco
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30%	Salada de tomate	Mingau de milho verde Carne cozida ao molho	Farofa de frango		Farofa de milho e pernil desfiado
LIP					



#### 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	Macarrão com molho	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz com lentilha	Arroz parboilizado
400-600 Kcal	de carne moída Salada de tomate	Feijão preto  Mingau de milho verde  Carne cozida ao molho	Feijão branco Farofa de frango Couve refogada	Pernil cozido Quibebe de abóbora	Feijão branco Farofa de milho e pernil desfiado Abobrinha cozida
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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	Arroz com lentilha	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão ao molho de
	Pernil cozido	Feijão preto	Feijão branco	Feijão branco	frango
	Farofa com abobrinha	Carne cozida ao molho	Batata doce cozida com carne	Pernil desfiado	Salada de pepino e alface
		Salada de alface	moída	Quibebe de abóbora	
		Sobremesa: Goiaba	Sobremesa: Goiaba		
Macro nutrientes					
55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30%					
LIP					



#### **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	Arroz com lentilha	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão ao molho de
	Pernil cozido	Feijão preto	Feijão branco	Feijão branco	frango Salada de pepino e
	Farofa com abobrinha	Carne cozida ao molho	Batata doce cozida com carne	Pernil desfiado com	alface
		Salada de alface	moída	abobrinha cozida	
		Sobremesa: Goiaba	Sobremesa: Goiaba		
Macro nutrientes 55-65% CHO 15-					
20% PTN e15-30%					
LIP					



#### 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	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
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



### 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	Arroz com lentilha	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão ao molho de
	Pernil cozido	Feijão preto	Feijão branco	Feijão branco	frango
	Farofa com abobrinha	Carne cozida ao molho	Batata doce cozida com carne	Pernil desfiado	Salada de alface
		Salada de alface	moída	Quibebe de abóbora	Sobremesa: Banana
		Sobremesa: Goiaba	Cenoura cozida	Sobremesa: Banana	
			Sobremesa: Goiaba		
Macro nutrientes 55-65% CHO 15-					
20% PTN e15-30% LIP					

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



#### 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-	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
55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### 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	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com molho	Arroz parboilizado
	Feijão preto	Feijão preto	Feijão branco	de carne moída	Feijão branco
	Canjiquinha de milho	Polenta cozida	Farofa com frango desfiado	Salada de alface e pepino	Pernil cozido
	com pernil cozido	Carne cozida ao molho	Salada de pepino		Batata doce assada
	Salada de tomate	Abobrinha cozida	Suco de maracujá		Salada de tomate
					Suco de maracujá
Macro nutrientes 55-65% CHO 15-					
:0% PTN e15-30%					
IP					



#### 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	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com molho	Arroz parboilizado
	Feijão preto	Feijão preto	Feijão branco	de carne moída	Feijão branco
	Canjiquinha de milho	Polenta cozida	Farofa com frango desfiado	Chuchu cozido	Farofa com Pernil
	com pernil cozido	Carne cozida ao molho	Salada de pepino		cozido desfiado
	Salada de pepino	Chuchu cozido			
Macro nutrientes					
55-65% CHO 15-					
20% PTN e15-30% LIP					



#### Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

	TERÇA 21/03	QUARTA 22/03	QUINTA 23/03	SEXTA 24/03
Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com molho	Arroz parboilizado
Feijão preto	Feijão preto	Feijão branco		Feijão branco
Canjiquinha de milho	Polenta cozida	Farofa com frango desfiado	Chuchu cozido	Farofa com Pernil
com pernil cozido	Carne cozida ao molho	Salada de pepino		cozido desfiado
Salada de pepino	Chuchu cozido			
	Feijão preto  Canjiquinha de milho  com pernil cozido	Feijão preto  Canjiquinha de milho com pernil cozido  Salada de pepino  Feijão preto  Polenta cozida  Carne cozida ao molho	Feijão preto  Canjiquinha de milho com pernil cozido Salada de pepino  Feijão preto  Polenta cozida Carne cozida ao molho Salada de pepino  Feijão branco Farofa com frango desfiado Salada de pepino	Feijão preto Canjiquinha de milho com pernil cozido Salada de pepino Canjiquinha de milho com pernil cozido Carne cozida ao molho Salada de pepino Carne cozida ao molho Carne cozida ao molho Salada de pepino Carne cozida ao molho Salada de pepino Carne cozida ao molho Carne cozida ao molho



#### **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	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com molho	Arroz parboilizado
	Feijão preto	Feijão preto	Feijão branco	de carne moída	Virado de feijão com
	Canjiquinha de milho	Polenta cozida	Farofa com frango desfiado	Salada de pepino e tomate	pernil desfiado
	com pernil cozido	Carne cozida ao molho	Abobrinha cozida		Abobrinha cozida
	Salada de pepino	Salada de tomate			
Macro nutrientes 55-65% CHO 15-					
20% PTN e15-30%					
LIP					



#### 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	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com molho	Arroz parboilizado
	Feijão preto	Feijão preto	Feijão branco	de carne moída	Virado de feijão com
	Canjiquinha de milho	Polenta cozida	Farofa com frango desfiado	Salada de tomate	pernil desfiado
	com pernil cozido	Carne cozida ao molho	Abobrinha cozida		Quibebe de abóbora
	Salada de pepino	Salada de Tomate	Sobremesa: Melancia		
		Sobremesa: Melancia			
Nacro nutrientes		Sobremesa. Melancia			
5-65% CHO 15-					
0% PTN e15-30%					
IP					



#### 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	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
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### **Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)**

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Março Ano: 2023

ALMOÇO  400-600 Kcal  Macarrão com molho de carne moída Salada de pepino  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 freem cubos Sobremesa: Banana	Arroz parboilizado Feijão branco frango Batata doce cozida Pernil cozido em cubos Salada de Chuchu	Arroz parboilizado Virado de lentilha com pernil desfiado Abobrinha cozida Salada de pepino



#### 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	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	Arroz parboilizado  Virado de lentilha com pernil desfiado  Mingau de milho verde  Sobremesa: Banana
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP				Sobremesa: Goiaba	



#### 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	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	Arroz parboilizado  Virado de lentilha com pernil desfiado  Mingau de milho verde  Sobremesa: Banana
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP				Sobremesa: Goiaba	



### 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	Macarrão com molho de	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado
	carne moída	Feijão preto	Feijão branco	Feijão branco	Virado de lentilha com
	Salada de Pepino	Farofa de milho verde	Chuchu cozido	Batata doce cozida em	pernil desfiado
		Carne cozida com	Frango cozido em cubos	calda	Salada de cenoura
		cenoura	Sobremesa: Banana	Pernil cozido em cubos	Salada de pepino
		Sobremesa: Banana		Salada de Chuchu	
Macro nutrientes				Sobremesa: Banana	
55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30%					
LIP					



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

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Abril Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03/04	TERÇA 04/04	QUARTA 05/04	QUINTA 06/04	SEXTA 07/04
ALMOÇO					
400-600 Kcal	Arroz com frango	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com carne	Feriado
	Salada de tomate	Feijão preto	Feijão branco	moída e abobrinha	
		Farofa de frango	Pernil cozido em cubos	Suco de maracujá	
		desfiado			
		Abobrinha cozida			
		Suco de maracujá			
Macro nutrientes					
55-65% CHO 15-					
20% PTN e15-30%					
LIP					
20% PTN e15-30% LIP					



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

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Abril Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03/04	TERÇA 04/04	QUARTA 05/04	QUINTA 06/04	SEXTA 07/04
ALMOÇO					
400-600 Kcal	Arroz com frango	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com carne	Feriado
	Salada de tomate	Feijão preto	Feijão branco	moída e abobrinha	
		Farofa de frango	Pernil cozido em cubos		
		desfiado			
		Abobrinha cozida	Salada de pepino		
		7.000			
Macro nutrientes 55-65% CHO 15-					
20% PTN e15-30%					
LIP					



#### Escola Juscelino K. de Oliveira (Ensino Fundamental)

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Abril Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03/04	TERÇA 04/04	QUARTA 05/04	QUINTA 06/04	SEXTA 07/04
ALMOÇO					
400-600 Kcal	Arroz com frango	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com carne	Feriado
	Salada de tomate	Feijão preto	Feijão branco	moída e abobrinha	
		Farofa de frango	Pernil cozido em cubos		
		desfiado	Salada de tomate		
		Abobrinha cozida			
Macro nutrientes					
55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30%					
LIP					



#### Escola Rural Zacarias de Góes e Vasconcelos (Ensino Fundamental)

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Abril Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03/04	TERÇA 04/04	QUARTA 05/04	QUINTA 06/04	SEXTA 07/04
ALMOÇO					
400-600 Kcal	Arroz com frango	Arroz parboilizado	Arroz parboilizado	Macarrão com carne moída e abobrinha	Feriado
	Salada de tomate	Feijão preto  Farofa de frango desfiado  Abobrinha cozida	Feijão branco  Pernil cozido em cubos  Salada de tomate		
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					



#### **Escola Homero Talevi Campos (Ensino Fundamental)**

### PERÍODO PARCIAL

Mês: Abril Ano: 2023

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03/04	TERÇA 04/04	QUARTA 05/04	QUINTA 06/04	SEXTA 07/04
ALMOÇO					
400-600 Kcal	Arroz com frango Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Farofa de frango desfiado Salada de Pepino	Arroz parboilizado  Feijão branco  Pernil cozido em cubos  Salada de tomate	Macarrão com carne moída Salada de pepino	Feriado
Macro nutrientes 55-65% CHO 15- 20% PTN e15-30% LIP					