

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO MENSAL: MARÇO 2024**

REGULAR/ESPECIAL/EJA => HORÁRIOS: MANHÃ ÀS 10 HORAS, TARDE ÀS 15 HORAS E EJA ÀS 20H.

04/mar	05/mar	06/mar	07/mar	08/mar
CHINEQUE BAUNILHA, CHÁ E MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO SALADA DE BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FRANGO REFOGADO ACELGA REFOGADA KIWI	POLENITA ISCAS AO MOLHO BATATA SAUTÉ COUVE REFOGADA	TORTA DE FRANGO SUCO DE GOIABA NATURAL BANANA
11/mar	12/mar	13/mar	14/mar	15/mar
PÃO DE CASTANHA COM REQUEIJÃO LEITE COM CACAÚ EM PÓ	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO BIFE ACEBOLADO CENOURA REFOGADA SALADA DE ALFACE MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CUBOS AO MOLHO REPOLHO REFOGADO SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO FAROFA DE ESPINAFRE SALADA DE PEPINO MANGA	SOPA DE LEGUMES COM MÚSCULO PERA
18/mar	19/mar	20/mar	21/mar	22/mar
BROA DE MILHO C/ QUEIJO VITAMINA DE ABACATE E BANANA SEM AÇÚCAR MEIÃO	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS BATATA ASSADA C/ OREGANO SALADA DE REPOLHO ROXO	MACARRÃO CARNE COZIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE ALFACE GOIABA	ARROZ FEIJÃO FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE BRÓCOLIS	CANJICA BANANA
25/mar	26/mar	27/mar	28/mar	29/mar
PÃO DE LEITE COM OMELETE COLORIDO (CENOURA E ESPINAFRE) SUCO DE LARANJA NATURAL MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA REFOGADA FAROFA DE LEGUMES SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO BIFE ACEBOLADO SALADA DE ALMEIRÃO CENOURA REFOGADA KIWI	QUIRERA FRANGO AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE BETERRABA MANGA	FERIADO


Atiline Souza de Godói
 Nutricionista
 Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - EDUCAÇÃO INTEGRAL
CARDÁPIO MENSAL: MARÇO 2024
HORÁRIOS: DESJEJUM (8H00), ALMOÇO (11H E 12H), LANCHE 1 (16H00)

REFEIÇÃO	04/mar	05/mar	06/mar	07/mar	08/mar
DESJEJUM	TORTA DE LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA BANANA	PÃO DE LEITE C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR	
ALMOÇO	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTÉ SALADA DE ACELGA	ARROZ INTEGRAL FEIJO CARNE MOIDA REFOGADA COUVE REFOGADA SALADA DE PERILHO	FRANGO ASSADO ABOBRINHA REFOGADA	ISCAS ACEBOLADAS SALADA DE ALFACE	
LANCHE	MAMÃO			GOIABA	
REFEIÇÃO	11/mar	12/mar	13/mar	14/mar	15/mar
DESJEJUM	TORTA DE LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	MINGAU DE AVEIA BANANA	PÃO DE LEITE C/ OMELETE CHÁ SEM AÇÚCAR	
ALMOÇO	BOLO DE AVEIA C/ MAÇÃ CHÁ	PÃO DE GRÃOS C/ GELEIA SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS	TORTA DE FRANGO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	BISNAGUINHA C/ QUEIJO CHÁ	
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OMELETE SALADA DE PERILHO C/ TOMATE MANGA	ARROZ INTEGRAL FEIJO FRANGO ACEBOLADO COUVE REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJO POSTA ASSADA AO MOLHO SALADA DE REPOLHO	MACARRÃO CUBOS AO MOLHO C/ BRÓCOLIS SALADA DE BETERRABA	
LANCHE	BOLO DE AVEIA C/ MAÇÃ CHÁ	PÃO DE GRÃOS C/ GELEIA SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS	BANANA	MAÇÃ	
REFEIÇÃO	18/mar	19/mar	20/mar	21/mar	22/mar
DESJEJUM	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE COM CACAU	BROA CASEIRA C/ PATE DE FRANGO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE MILHO C/ CREME VEGETAL CHÁ	BISNAGUINHA C/ QUEIJO CHÁ	
ALMOÇO	ARROZ FEIJO FRANGO ASSADO BRÓCOLIS REFOGADO	ARROZ FEIJO BIFE ACEBOLADO SALADA DE ACELGA	POLENTA CARNE MOIDA AO MOLHO CENOURA SAUTE	ARROZ FEIJO FRANGO REFOGADO MIX DE LEGUMES (BATATA SALSA E ABOBRINHA REFOGADOS)	
LANCHE	MANGA		MAMÃO		
REFEIÇÃO	25/mar	26/mar	27/mar	28/mar	29/mar
DESJEJUM	PÃO DE QUEIJO (RECEITA) LEITE COM CACAU	BROA CASEIRA C/ PATE DE FRANGO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO DE MILHO C/ CREME VEGETAL CHÁ	BANANA IOGURTE COM AVEIA	
ALMOÇO	TORTA DE LEGUMES SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO C/ REQUEIJÃO CHÁ SEM AÇÚCAR	CANJICA BANANA		
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OVO COZIDO SALADA DE BETERRABA COZIDA	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJO CARNE MOIDA AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE CENOURA	FERIADO	
LANCHE	LARANJA	MAÇÃ	CANJICA BANANA		

OS VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

Ailene Souza de Godoi
 Nutricionista

Chefe Dep. De Merenda Escolar
 Decreto 7938/2021