

CARDÁPIO
E.M.E.I. Profª Creusa Maria Cardoso Roldan
1ª Semana - AGOSTO

Dias letivos: 23

1ª semana	Data			30/jul	31/jul	01/ago
	Desjejum B1 (manhã)			4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum (manhã)			Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Colação (manhã)			Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito
	Almoço B1			Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta
	Almoço			SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Colação B1 (tarde)			Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABOBRINHA Salada Fruta	Arroz/Feijão CUBOS COM BATATA E CENOURA Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABÓBORA Salada Fruta
	Colação (tarde)			Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Jantar B1			Fruta ou Suco natural de fruta	Sucrilhos com leite	Fruta ou Suco natural de fruta
	Jantar			SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
				Sucrilhos com leite	Bolo simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de moída Suco Natural de fruta

*Frutas, verduras e legumes sujeito a alteração na qualidade e dias a serem servidos. ** Poderá ocorrer troca de cardápio de acordo com a disponibilidade, porém sem prejuízo ao aluno.

Adriana Daltoé Carvalho - Nutricionista SMEC - CRN 31459

CARDÁPIO
E.M.E.I. Profª Creusa Maria Cardoso Roldan
2ª Semana - AGOSTO

Dias letivos: 23

2ª semana	Data	04/ago	05/ago	06/ago	07/ago	08/ago
		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum B1 (manhã)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Desjejum (manhã)	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito
	Colação (manhã)	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta
	Almoço B1	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Almoço	Arroz/Feijão MOÍDA COM CHUCHU Salada Fruta	Arroz/Feijão ALMÔNDEGAS NO MOLHO Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABOBRINHA Salada Fruta	Arroz/Feijão CUBOS COM BATATA E CENOURA Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABÓBORA Salada Fruta
	Colação B1 (tarde)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Colação (tarde)	Fruta ou Suco natural de fruta	Bolo Simples + Suco natural de frutas	Fruta ou Suco natural de fruta	Sucrilhos com leite	Fruta ou Suco natural de fruta
	Jantar B1	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Jantar	Bolo Simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de frango Suco Natural de fruta	Sucrilhos com leite	Bolo simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de moída Suco Natural de fruta

*Frutas, verduras e legumes sujeito a alteração na qualidade e dias a serem servidos. ** Poderá ocorrer troca de cardápio de acordo com a disponibilidade, porém sem prejuízo ao aluno.

Adriana Daltoé Carvalho - Nutricionista SMEC - CRN 31459

CARDÁPIO
E.M.E.I. Profª Creusa Maria Cardoso Roldan
3ª Semana - AGOSTO

Dias letivos: 23

3ª semana	Data	11/ago	12/ago	13/ago	14/ago	15/ago
		2º feira	3º feira	4º feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum B1 (manhã)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Desjejum (manhã)	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito
	Colação (manhã)	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta
	Almoço B1	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Almoço	Arroz/Feijão MOÍDA COM CHUCHU Salada Fruta	Arroz/Feijão ALMÔNDÉGAS NO MOLHO Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABOBRINHA Salada Fruta	Arroz/Feijão CUBOS COM BATATA E CENOURA Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABÓBORA Salada Fruta
	Colação B1 (tarde)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Colação (tarde)	Fruta ou Suco natural de fruta	Bolo Simples + Suco natural de frutas	Fruta ou Suco natural de fruta	Sucrilhos com leite	Fruta ou Suco natural de fruta
	Jantar B1	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Jantar	Bolo Simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de frango Suco Natural de fruta	Sucrilhos com leite	Bolo simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de moída Suco Natural de fruta

*Frutas, verduras e legumes sujeito a alteração na qualidade e dias a serem servidos. ** Poderá ocorrer troca de cardápio de acordo com a disponibilidade, porém sem prejuízo ao aluno.

Adriana Daltoé Carvalho - Nutricionista SMEC - CRN 31459

CARDÁPIO
E.M.E.I. Profª Creusa Maria Cardoso Roldan
4ª Semana - AGOSTO

Dias letivos: 23

4ª semana	Data	18/ago 2º feira	19/ago 3º feira	20/ago 4º feira	21/ago 5ª feira	22/ago 6ª feira
	Desjejum B1 (manhã)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Desjejum (manhã)	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito
	Colação (manhã)	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta
	Almoço B1	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Almoço	Arroz/Feijão MOÍDA COM CHUCHU Salada Fruta	Arroz/Feijão ALMÔNDEGAS NO MOLHO Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABOBRINHA Salada Fruta	Arroz/Feijão CUBOS COM BATATA E CENOURA Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABÓBORA Salada Fruta
	Colação B1 (tarde)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Colação (tarde)	Fruta ou Suco natural de fruta	Bolo Simples + Suco natural de frutas	Fruta ou Suco natural de fruta	Sucrilhos com leite	Fruta ou Suco natural de fruta
	Jantar B1	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Jantar	Bolo Simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de frango Suco Natural de fruta	Sucrilhos com leite	Bolo simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de moída Suco Natural de fruta

*Frutas, verduras e legumes sujeito a alteração na qualidade e dias a serem servidos. ** Poderá ocorrer troca de cardápio de acordo com a disponibilidade, porém sem prejuízo ao aluno.

Adriana Daltoé Carvalho - Nutricionista SMEC - CRN 31459

CARDÁPIO
E.M.E.I. Profª Creusa Maria Cardoso Roldan
5ª Semana - AGOSTO

Dias letivos: 23

5ª semana	Data	25/ago 2ª feira	26/ago 3ª feira	27/ago 4ª feira	28/ago 5ª feira	29/ago 6ª feira
	Desjejum B1 (manhã)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Desjejum (manhã)	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina	Vitamina de frutas (sem açúcar) + Biscoito
	Colação (manhã)	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta	Fruta ou Suco natural de fruta
	Almoço B1	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Almoço	Arroz/Feijão MOÍDA COM CHUCHU Salada Fruta	Arroz/Feijão ALMÔNDÉGAS NO MOLHO Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABOBRINHA Salada Fruta	Arroz/Feijão CUBOS COM BATATA E CENOURA Salada Fruta	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM ABÓBORA Salada Fruta
	Colação B1 (tarde)	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Colação (tarde)	Fruta ou Suco natural de fruta	Bolo Simples + Suco natural de frutas	Fruta ou Suco natural de fruta	Sucrilhos com leite	Fruta ou Suco natural de fruta
	Jantar B1	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Jantar	Bolo Simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de frango Suco Natural de fruta	Sucrilhos com leite	Bolo simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de moída Suco Natural de fruta

*Frutas, verduras e legumes sujeito a alteração na qualidade e dias a serem servidos. ** Poderá ocorrer troca de cardápio de acordo com a disponibilidade, porém sem prejuízo ao aluno.

Adriana Daltoé Carvalho - Nutricionista SMEC - CRN 31459