

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

Dias letivos: 21

1ª semana	Data	01/set 2ª feira	02/set 3ª feira	03/set 4ª feira	04/set 5ª feira	05/set 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
2ª Semana - SETEMBRO

Dias letivos: 21

2ª semana	Data	08/set	09/set	10/set	11/set	12/set
		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 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
3ª Semana - SETEMBRO

Dias letivos: 21

3ª semana	Data	15/set	16/set	17/set	18/set	19/set
	Desjejum B1 (manhã)	FERIADO	3º feira	4º feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum (manhã)		Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Colação (manhã)		Leite com achocolatado + Pão com margarina	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	Fruta ou Suco natural de fruta
	Almoço		SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
	Colação B1 (tarde)		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 (tarde)		Leite integral	Leite integral	Leite integral	Leite integral
	Jantar B1		Bolo Simples + Suco natural de frutas	Fruta ou Suco natural de fruta	Sucrilhos com leite	Fruta ou Suco natural de fruta
	Jantar		SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Moída + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)
			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 - SETEMBRO

Dias letivos: 21

4ª semana	Data	22/set	23/set	24/set	25/set	26/set
		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
5ª Semana - SETEMBRO

Dias letivos: 21

5ª semana	Data	29/set 2ª feira	30/set 3ª feira			
	Desjejum B1 (manhã)	Leite integral	Leite integral			
	Desjejum (manhã)	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Pão com margarina			
	Colação (manhã)	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)			
	Almoço	Arroz/Feijão MOÍDA COM CHUCHU Salada Fruta	Arroz/Feijão ALMÔNDEGAS NO MOLHO Salada Fruta			
	Colação B1 (tarde)	Leite integral	Leite integral			
	Colação (tarde)	Fruta ou Suco natural de fruta	Bolo Simples + Suco natural de frutas			
	Jantar B1	SOPA (Frango + legumes+ macarrão ou arroz)	SOPA (Cubos + legumes+ macarrão ou arroz)			
	Jantar	Bolo Simples Suco Natural de fruta	Pão com molho de frango 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