

## CARDÁPIO ENSINO INTEGRAL - MAIO

APAE

DIAS LETIVOS: 20

Semana 1	Data					01/mai
	Refeição					6ª sexta
	Desjejum					<b>FERIADO</b>
	Colação manhã e tarde					
	Almoço					
	Lanche da tarde					
	Data	04/mai	05/mai	06/mai	07/mai	08/mai
Semana 2	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª sexta
	Desjejum	Bebida láctea + Biscoito doce ou salgado	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina
	Colação manhã e tarde	Maçã	Banana	Laranja	Abacaxi	Maçã
	Almoço	Arroz/Feijão <b>POLENTA COM MOLHO DE MOÍDA</b>	Arroz/Feijão <b>ISCAS DE FRANGO COM CENOURA E CHUCHU</b> Salada de Alface	Arroz/Feijão <b>PERNIL COM CENOURA RALADA</b> Salada de pepino	Arroz/Feijão Preto <b>CUBOS COM BATATA</b> Salada de repolho	<b>ARROZ COM FRANGO</b>  Cenoura ralada
	Lanche da tarde	Bolo Simples Suco Natural de Fruta	Pão com molho de moída 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 ENSINO INTEGRAL - MAIO

APAE

DIAS LETIVOS: 20

	Data	11/mai	12/mai	13/mai	14/mai	15/mai
Semana 3	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª sexta
	Desjejum	Bebida láctea + Biscoito doce ou salgado	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina
	Colação manhã e tarde	Maçã	Banana	Laranja	Abacaxi	Maçã
	Almoço	Arroz/Feijão <b>CARNE MOÍDA À PRIMAVERA (moída, abobrinha e cenoura)</b>	Arroz/Feijão <b>CUSCUZ DE FRANGO</b> Salada de Alface	Arroz/Feijão Preto <b>PERNIL COM CENOURA RALADA</b> Salada de pepino	Arroz/Feijão <b>CUBOS COM MANDIOCA</b> Salada de repolho	<b>MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO</b> Cenoura ralada
	Lanche da tarde	Bolo Simples Suco Natural de Fruta	Pão com molho de moída Suco Natural de Fruta	Sucrilhos com leite	Bolo Simples Suco Natural de Fruta	Pão com molho de pernil Suco Natural de Fruta
	Data	18/mai	19/mai	20/mai	21/mai	22/mai
Semana 4	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	Desjejum	Bebida láctea + Biscoito doce ou salgado	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina	Bebida láctea + Pão com margarina
	Colação manhã e tarde	Maçã	Banana	Laranja	Abacaxi	Maçã
	Almoço	Arroz/Feijão <b>ALMÔNDEGAS NO MOLHO</b>	Arroz/Feijão <b>FRANGO COM ABÓBORA</b> Salada de Alface	Arroz/Feijão <b>MOÍDA COM CENOURA</b> Salada de pepino	Arroz/Feijão <b>PICADINHO DE CARNE COM BATATA E CHUCHU</b> Salada de repolho	Feijão <b>ARROZ CARRETEIRO (pernil, tomate e cheiro verde)</b> Cenoura ralada
	Lanche da tarde	Bolo Simples Suco Natural de Fruta	Pão com molho de moída Suco Natural de Fruta	Sucrilhos com leite	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**



## CARDÁPIO ENSINO INTEGRAL - MAIO

APAE

DIAS LETIVOS: 20

	Data	25/mai	26/mai	27/mai	28/mai	29/mai
	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Semana 5	Desjejum	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Biscoito	Leite com achocolatado + Biscoito
	Colação manhã e tarde	Maçã	Banana	Laranja	Abacaxi	Maçã
	Almoço	Arroz <b>STROGONOFF DE CARNE</b>	Arroz/Feijão <b>MOÍDA COM BATATA</b> Salada de Alface Banana	Arroz <b>FEIJOADA COM PERNIL</b> Salada de pepino Abacaxi	Arroz/Feijão <b>FRANGO AO MOLHO DE TOMATE</b> Salada de repolho Laranja	<b>GALINHADA (arroz, frango, milho, cenoura e cheiro verde)</b> Cenoura ralada Maçã
	Lanche da tarde	Bolo Simples Suco Natural de Fruta	Pão com 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**