

CARDÁPIO ENSINO INTEGRAL - MAIO

APAE

Semana 1	Data				01/mai	02/mai
	Refeição				5ª feira	6ª sexta
	Desjejum				FERIADO	Bebida láctea + Pão com margarina
	Almoço					RISOTO DE CARNE COM MILHO E ERVILHA Cenoura ralada Maçã
	Lanche da tarde					Pão com molho de moída Suco Natural de Fruta
Semana 2	Data	05/mai	06/mai	07/mai	08/mai	09/mai
	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 POLENTA COM MOLHO DE MOÍDA	Arroz/Feijão ISCAS DE FRANGO COM CENOURA E CHUCHU Salada de Alface Banana	Arroz/Feijão PERNIL COM CENOURA RALADA Salada de pepino Abacaxi	Arroz/Feijão Preto CUBOS COM ABÓBORA Salada de repolho Laranja	ARROZ COM FRANGO Cenoura ralada Maçã
	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

	Data	12/mai	13/mai	14/mai	15/mai	16/mai
Semana 3	Refeição	2º feira	3º feira	4º feira	5º feira	6º 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
	Almoço	Arroz/Feijão CARNE MOÍDA À PRIMAVERA (moída, abobrinha e cenoura)	Arroz/Feijão CUSCUZ DE FRANGO Salada de Alface Banana	Arroz/Feijão Preto PERNIL COM CENOURA RALADA Salada de pepino Abacaxi	Arroz/Feijão CUBOS COM MANDIOCA Salada de repolho Laranja	MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO Cenoura ralada Maçã
	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	19/mai	20/mai	21/mai	22/mai	23/mai
Semana 4	Refeição	2º feira	3º feira	4º feira	5º feira	6º 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 ALMÔNDEGAS NO MOLHO	Arroz/Feijão FRANGO COM ABÓBORA Salada de Alface Banana	Arroz/Feijão MOÍDA COM CENOURA Salada de pepino Abacaxi	Arroz /Feijão PICADINHO DE CARNE COM BATATA E CHUCHU Salada de repolho Laranja	ARROZ CARRETEIRO (pernil, tomate e cheiro verde) Cenoura ralada Maçã
	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

	Data	26/mai	27/mai	28/mai	29/mai	30/mai
	Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Semana 5	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
	Almoço	Arroz STROGONOFF DE CARNE	Arroz/Feijão MOÍDA COM BATATA Salada de Alface Banana	Arroz FEIJOADA COM PERNIL Salada de pepino Abacaxi	Arroz/Feijão FRANGO AO MOLHO DE TOMATE Salada de repolho Laranja	GALINHADA (arroz, frango, milho, cenoura e cheiro verde) 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