



CARDÁPIO 2023 – TIPO ENSINO: FUNDAMENTAL (EMEF JURANDIR FERREIRA) FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos

		TERÇA FEIRA (25/07)	QUARTA FEIRA (26/07)	QUINTA FEIRA (27/07)	SEXTA FEIRA (28/07)
CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE 06h45 às 07h e 12h às 12h30		Leite com Cacau Pão com Requeijão	Leite com Chocolate em pó Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha doce	Leite com Chocolate em pó Pão com Requeijão
REFEIÇÃO 9h30 às 9h50 e 15h às 15h20		Arroz + Feijão Linguiça Assada Salada de Alface	Arroz + Feijão Carne de Panela com Batata e Cenoura Salada de Pepino Fruta	Arroz + Feijão Frango Assado Salada de Alface e Tomate Suco	Macarrão com Carne em Pedaços ao Molho Salada de Repolho Fruta
12h – ALUNOS DO SÍTIO		PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA

	SEGUNDA FEIRA (31/07)	TERÇA FEIRA (01/08)	QUARTA FEIRA (02/08)	QUINTA FEIRA (03/08)	SEXTA FEIRA (04/08)
CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE 06h45 às 07h e 12h às 12h30	Leite com Cacau Pão com Requeijão	Leite com Chocolate em pó Bolacha água e sal	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Leite com Chocolate em pó Bolacha doce - rosquinhas	Leite com Cacau Pão com Requeijão
REFEIÇÃO 9h30 às 9h50 e 15h às 15h20	Arroz + Feijão Ovos mexidos Salada de Alface	Arroz + Feijão Pernil Acebolado Salada de Tomate e Repolho	Arroz + Feijão Isclas de Frango Acebolada Salada de Beterraba e Cenoura Fruta	Arroz + Feijão Strogonoff de Carne Salada de Alface e Tomate Suco	Arroz Polenta Carne Moída ao Molho Salada de Pepino Fruta
12H - ALUNOS DO SÍTIO	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA

Este cardápio está sujeito a alterações.

Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.

Elaborado por Mariana C. Rizzo – nutricionista CRN3 47485



CARDÁPIO – TIPO ENSINO: FUNDAMENTAL (EMEF JURANDIR FERREIRA) FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos

	SEGUNDA FEIRA (07/08)	TERÇA FEIRA (08/08)	QUARTA FEIRA (09/08)	QUINTA FEIRA (10/08)	SEXTA FEIRA (11/08)
CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE 06h45 às 07h e 12h às 12h30	Leite com Chocolate em pó Pão com Requeijão	Leite com Cacau Biscoito doce - rosquinhas	Leite com Chocolate em pó Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha Maisena	Leite com Chocolate em pó Pão com Manteiga
REFEIÇÃO 9h30 às 9h50 e 15h às 15h20	Arroz + Feijão Omelete Recheado Salada de Alface	Arroz + Feijão Carne Moída Refogada Salada de Repolho com Tomate Suco	Galinhada Creme de Milho Salada de Pepino Fruta	Arroz + Feijão Iscas de Carne Acebolada Salada de Almeirão	Macarrão à Bolonhesa Salada de Alface Fruta
12H - ALUNOS DO SÍTIO	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA

	SEGUNDA FEIRA (14/08)	TERÇA FEIRA (15/08)	QUARTA FEIRA (16/08)	QUINTA FEIRA (17/08)	SEXTA FEIRA (18/08)
CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE 06h45 às 07h e 12h às 12h30	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Leite com Chocolate em pó Biscoito doce - rosquinhas	Leite com Cacau Pão com Requeijão	Leite com Chocolate em pó Bolacha Maisena	Leite com Chocolate em pó Pão com Manteiga
REFEIÇÃO 9h30 às 9h50 e 15h às 15h20	Arroz + Feijão Ovos Cozidos com Molho Vinagrete Salada de Alface	Baião de Dois Salada de Almeirão Suco	Arroz + Feijão Frango Assado Purê de Batata Doce Salada de Alface Fruta	Arroz + Feijão Carne Moída Refogada Salada de Alface Suco	Macarrão com Frango Desfiado ao Molho Salada de Almeirão Fruta
12H - ALUNOS DO SÍTIO	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA

Este cardápio está sujeito a alterações.

Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.

Elaborado por Mariana C. Rizzo – nutricionista CRN3 47485



CARDÁPIO – TIPO ENSINO: FUNDAMENTAL (EMEF JURANDIR FERREIRA) FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos

	SEGUNDA FEIRA (21/08)	TERÇA FEIRA (22/08)	QUARTA FEIRA (23/08)	QUINTA FEIRA (24/08)	SEXTA FEIRA (25/08)
CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE 06h45 às 07h e 12h às 12h30	Chocolate Quente Pão com Requeijão	Leite com Cacau Biscoito doce - rosquinhas	Vitamina de Banana Pão com Requeijão	Leite com Cacau Bolacha Maisena	Leite com Chocolate em pó Pão com Manteiga
REFEIÇÃO 9h30 às 9h50 e 15h às 15h20	Arroz + Feijão Crepioça de forno Salada de Alface	Arroz + Feijão Isca de Carne Acebolada Salada de Pepino e Tomate Fruta	Arroz + Feijão Frango ao Molho Salada de Almeirão Suco	Arroz + Feijão Pernil Assado Salada de Tomate	Macarrão Pizza Salada de Alface Fruta
12H - ALUNOS DO SÍTIO	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA

	SEGUNDA FEIRA (28/08)	TERÇA FEIRA (29/08)	QUARTA FEIRA (30/08)	QUINTA FEIRA (31/08)	
CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE 06h45 às 07h e 12h às 12h30	Chocolate Quente Pão com Requeijão	Leite com Cacau Biscoito doce - rosquinhas	Vitamina de Banana Pão com Requeijão	Leite com Cacau Bolacha Maisena	
REFEIÇÃO 9h30 às 9h50 e 15h às 15h20	Arroz + Feijão Ovos Mexidos com Tomate, Cebola e Orégano Salada de Pepino e Tomate	Arroz + Feijão Carne de Panela com Mandioca Salada de Almeirão Suco	Arroz + Feijão Isca de Frango Acebolada Salada de Alface Fruta	Baião de Dois Salada de Tomate Fruta	
12H - ALUNOS DO SÍTIO	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	PÃO/BOLACHA/FRUTA	

Este cardápio está sujeito a alterações.
Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.

Elaborado por Mariana C. Rizzo – nutricionista CRN3 47485