

CARDAPIO 7 - Ensino Integral 6 a 10 anos, 11 a 15 anos AGOSTO 2018

| Segunda-Feira 30/07/2018 | | Terça-Feira 31/07/2018 | | Quarta-Feira 1/8/2018 | | Quinta-Feira 2/8/2018 | | Sexta-feira 3/8/2018 | | |
|---|---------|---|---------------|--|-----------|--|----------|--|---------|---------|
| | | | | BOLO DE LARANJA LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO SALGADO LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | |
| | | | | ARROZ/ FEIJÃO LINGUIÇA REFOGADA COM LEGUMES (BATAT E CENOURA) SALADA DE ALFACE | | ARROZ/ FEIJÃO TORTA MADALENA SALADA DE ACELGA COM TOMATE FRUTA | | ARROZ/ FEIJÃO ADINHA (feijão preto, carne suína) FAROFÁ DE COUVE | | |
| | | | | ARROZ DOCE | | VITAMINA DE FRUTA COM BISCOITO SALGADO | | PÃO COM CARNE MOÍDA SUCO DE MARACUJÁ | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Fibras (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Mg (mg) | Fe (mg) | Zn (mg) |
| 1.627,78 | 235,37 | 17,36 | 60,83 | 49,08 | 1469,44 | 78,06 | 732,18 | 139,6 | 22,74 | 4,76 |
| Segunda-Feira 6/8/2018 | | Terça-Feira 7/8/2018 | | Quarta-Feira 8/8/2018 | | Quinta-Feira 9/8/2018 | | Sexta-feira 10/8/2018 | | |
| BOLO DE LARANJA LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO DE LEITE LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | |
| ARROZ / FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO SALADA DE ACELGA | | ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CENOURA SALADA DE BETERRABA FRUTA | | ARROZ/FEIJÃO CARNE ÍSCA COM MANDIOCA SALADA DE ALFACE | | ARROZ / FEIJÃO KIBE DE FORNO COM TOMATE E CEBOLA SALADA DE REPOLHO | | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM CENOURA E MILHO SALADA DE CHUCHU FRUTA | | |
| MINGAU DE CHOCOLATE | | BEBIDA LÁCTEA DE BAUNILHA BISCOITO SALGADO | | VITAMINA DE FRUTAS COM BISCOITO LEITE | | LEITE COM FLOCOS DE MILHO | | CANJICA | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Fibras (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Mg (mg) | Fe (mg) | Zn (mg) |
| 1.628,27 | 243,78 | 17,7 | 60,59 | 45,87 | 1530,12 | 83,57 | 835,59 | 142,02 | 25,97 | 5,33 |
| Segunda-Feira 13/08/2018 | | Terça-Feira 14/08/2018 | | Quarta-Feira 15/08/2018 | | Quinta-Feira 16/08/2018 | | Sexta-Feira 17/08/2018 | | |
| BOLO DE COCO LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO SALGADO IOGURTE DE MORANGO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO ROSQUINHA DE LEITE LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | |
| ARROZ / FEIJÃO CARNE SUÍNA COM BATATA E CENOURA SALADA DE REPOLHO MIX | | ARROZ / FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA COM LEGUMES (abobrinha, batata e cheiro verde) SALADA DE BETERRABA | | ARROZ/ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (bata, cenoura e tomate) SALADA DE ESCAROLA FRUTA | | ARROZ / FEIJÃO FRANGO À PRIMAVERA (Abobrinha, chuchu e milho verde) SALADA DE ACELGA COM PEPINO | | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CHUCHU E ABOBRINHA SALADA MIX (repolho, acelga e couve) FRUTA | | |
| LEITE COM FLOCOS DE MILHO | | BOLO DE FUBÁ SUCO DE CAJU | | ARROZ DOCE | | TORTA DE BOLACHA | | BISCOITO DE COCO BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Fibras (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Mg (mg) | Fe (mg) | Zn (mg) |
| 1.606,96 | 253,11 | 17,69 | 55,54 | 42,32 | 1317,11 | 68,13 | 719,09 | 142,56 | 21,26 | 5,08 |

CARDAPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

CARDAPIO 7 - Ensino Integral 6 a 10 anos, 11 a 15 anos AGOSTO 2017

| Segunda-Feira 20/08/2018 | | Terça-Feira 21/08/2018 | | Quarta-Feira 22/08/2018 | | Quinta-Feira 23/08/2018 | | Sexta-Feira 24/08/2018 | | |
|---|---------|--|---------------|---|-----------|---|----------|--|---------|---------|
| BOLO DE ABACAXI LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO DE LEITE LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO SALGADO LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | |
| ARROZ / FEIJÃO FRANGO COM ABOBRINHA, BATATA E CHEIRO VERDE SALADA DE ACELGA FRUTA | | ARROZ/FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE BATATA SAUTÉ | | ARROZ / FEIJÃO ECARNE MOÍDA COM CENOURA SALADA DE ALFACE FRUTA | | ARROZ / FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA RALADA | | ARROZ/ FEIJÃO FAROFA DE LINGUIÇA (Linguiça, ovo, cenoura, tomate e cebola) SALADA DE ESCAROLA | | |
| MINGAU DE CHOCOLATE | | CANJICA | | BEBIDA LÁCTEA DE BAUNILHA BISCOITO DE COCO | | TORTA SALGADA SUCO DE MANGA | | LEITE COM FLOCOS DE MILHO | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Fibras (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Mg (mg) | Fe (mg) | Zn (mg) |
| 1.608,03 | 245,52 | 18,06 | 58,26 | 44,39 | 1308,44 | 71,28 | 749,5 | 142,85 | 22,96 | 5,28 |
| Segunda-Feira 27/08/2018 | | Terça-Feira 28/08/2018 | | Quarta-Feira 29/08/2018 | | Quinta-Feira 30/08/2018 | | Sexta-feira 31/08/2018 | | |
| BOLO DE LARANJA LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO DE SALGADO LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE LEITE COM ACHOCOLATADO | | PÃO INTEGRAL COM MARGARINA LEITE COM ACHOCOLATADO | | |
| ARROZ/ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO BATATA SAUTÉ | | ARROZ / FEIJÃO TORTA MADALENA SALADA DE ACELGA COM CENOURA | | ARROZ/FEIJOADINHA (feijão preto, carne suína) FAROFA DE COUVE (farinha de mandioca e couve) FRUTA | | ARROZ / FEIJÃO CARNE EM ISCAS COM BATATA DOCE SALADA DE REPOLHO MIX | | ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO FRUTA | | |
| LEITE COM FLOCOS DE MILHO | | VITAMINA DE FRUTA COM BISCOITO SALGADO | | PÃO COM CARNE SUCO DE CAJU | | ARROZ DOCE | | PAVÊ | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Fibras (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Mg (mg) | Fe (mg) | Zn (mg) |
| 1.667,89 | 253,22 | 17,25 | 61,65 | 45,57 | 1345,8 | 79,56 | 751,4 | 134,8 | 23,09 | 5,84 |

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES