

Cardápio de Verão para Ensino Fundamental (Turno Integral) - Período: De Fevereiro a Abril e de Outubro a Dezembro de 2023

1ª SEMANA	2º-FEIRA	3º-FEIRA	4º-FEIRA	5º-FEIRA	6º-FEIRA
Refeição Manhã- Horário 09:30h	Ovos Mexidos, feijão, arroz, mix de salda e suco	Carne bovina, feijão, massa, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango coxa, polenta, mix de salda e suco	Frango - sassami, lentilha, aipim, arroz e mix de salada
Almoço Turno Integral 12:00 H	Carne bovina, feijão, massa, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango coxa, polenta, mix de salda e suco	Frango - sassami, lentilha, aipim, arroz, mix de salada e Fruta	-
Jantar 15:30h	Ovos Mexidos, feijão, arroz, mix de salda e suco	Carne bovina, feijão, massa, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango coxa, polenta, mix de salda e suco	Frango - sassami, lentilha, aipim, arroz e mix de salada
2ª SEMANA	2º-FEIRA	3º-FEIRA	4º-FEIRA	5º-FEIRA	6º-FEIRA
Refeição Manhã- Horário 09:30h	Ovos mexidos, polenta, mix de salada	Carne bovina, feijão, arroz, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango- coxa, feijão, massa, mix de salada e suco	Frango- Sassami, lentilha, batata inglesa, arroz e mix de salada
Almoço Turno Integral	Carne bovina, feijão, arroz, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango- coxa, feijão, massa, mix de salada e suco	Frango - sassami, lentilha, aipim, arroz, mix de salada e Fruta	-
Jantar 15:30h	Ovos mexidos, polenta, mix de salada	Carne bovina, feijão, arroz, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango- coxa, feijão, massa, mix de salada e suco	Frango- Sassami, lentilha, batata inglesa, arroz e mix de salada
3ª SEMANA	2º-FEIRA	3º-FEIRA	4º-FEIRA	5º-FEIRA	6º-FEIRA
Refeição Manhã- Horário 09:30h	Ovos Mexidos, feijão, arroz e mix de salda	Carne bovina, feijão, massa, mix de salada e suco	Linguiça Toscana, pão, mix de salada e Fruta	Frango-Coxa, polenta, mix de salada e suco	Frango-Sassami, lentilha, moranga, arroz e mix de salada
Almoço Turno Integral	Carne bovina, feijão, massa, mix de salada e suco	Linguiça Toscana, pão, mix de salada e Fruta	Frango-Coxa, polenta, mix de salada e suco	Frango - sassami, lentilha, aipim, arroz, mix de salada e Fruta	-
Jantar 15:30h	Ovos Mexidos, feijão, arroz e mix de salda	Carne bovina, feijão, massa, mix de salada e suco	Linguiça Toscana, pão, mix de salada e Fruta	Frango-Coxa, polenta, mix de salada e suco	Frango-Sassami, lentilha, moranga, arroz e mix de salada
4ª SEMANA	2º-FEIRA	3º-FEIRA	4º-FEIRA	5º-FEIRA	6º-FEIRA
Refeição Manhã- Horário 09:30h	Ovos mexidos, polenta, mix de salada	Carne bovina, feijão, arroz, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango- coxa, feijão, massa, mix de salada e suco	Frango- Sassami, feijão, batata inglesa, arroz e mix de salada
Almoço Turno Integral	Carne bovina, feijão, arroz, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango- coxa, feijão, massa, mix de salada e suco	Frango - sassami, lentilha, aipim, arroz, mix de salada e Fruta	-
Jantar 15:30h	Ovos mexidos, polenta, mix de salada	Carne bovina, feijão, arroz, mix de salada e suco	Carne suina, pão, mix de salada e Fruta	Frango- coxa, feijão, massa, mix de salada e suco	Frango- Sassami, feijão, batata inglesa, arroz e mix de salada