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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **QUARTA-FEIRA (01/11)** | **QUINTA-FEIRA (02/11)** | **SEXTA-FEIRA (03/11)** |
| **CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE**  **06h45 às 07h**  **e 12h às 12h30** | Leite com Cacau  Pão com Requeijão | **FERIADO**  **NACIONAL** | **PONTO**  **FACULTATIVO** |
| **REFEIÇÃO**  **9h30 às 9h50**  **e 15h às 15h20** | Arroz + Feijão  Frango Assado  Salada de Alface  Fruta |
| 12h - alunos do sítio | PÃO/BOLACHA/FRUTA |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA (06/11)** | **TERÇA-FEIRA (07/11)** | **QUARTA-FEIRA (08/11)** | **QUINTA-FEIRA (09/11)** | **SEXTA-FEIRA (10/11)** |
| **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  Biscoito Doce - maisena | Leite com Cacau  Pão com Requeijão |
| **REFEIÇÃO**  **9h30 às 9h50**  **e 15h às 15h20** | Arroz + Feijão  Ovos Mexidos  Salada de Alface | Arroz + Feijão  Iscas de Carne Acebolada  Salada de Tomate e Pepino  Suco | Arroz + Feijão  Frango ao Molho  Salada de Almeirão  Fruta | Baião de Dois  Salada de Alface  Suco | Macarrão com Carne em Pedaço ao Molho  Salada de Repolho  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. Elaborado por Mariana C. Rizzo – nutricionista CRN3 47485  
Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA (13/11)** | **TERÇA-FEIRA (14/11)** | **QUARTA-FEIRA (15/11)** | **QUINTA-FEIRA (16/11)** | **SEXTA-FEIRA (17/11)** |
| **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 | **FERIADO**  **NACIONAL** | Leite com Chocolate em pó  Biscoito Doce - maisena | Leite com Cacau  Pão com Requeijão |
| **REFEIÇÃO**  **9h30 às 9h50**  **e 15h às 15h20** | Arroz + Feijão  Omelete Recheado  Salada de Alface  Suco | Arroz + Feijão  Pernil de Panela  Salada de Almeirão  Suco | Arroz + Feijão  Linguiça Assada com Batata  Salada de Tomate  Fruta | Macarrão à Bolonhesa  Salada de Pepino  Fruta |
| 12h - alunos do sítio | PÃO/BOLACHA/FRUTA | PÃO/BOLACHA/FRUTA | PÃO/BOLACHA/FRUTA | PÃO/BOLACHA/FRUTA |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA (20/11)** | **TERÇA-FEIRA (21/11)** | **QUARTA-FEIRA (22/11)** | **QUINTA-FEIRA (23/11)** | **SEXTA-FEIRA (24/11)** |
| **CAFÉ DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE**  **06h45 às 07h**  **e 12h às 12h30** | **FERIADO**  **NACIONAL** | Leite com Chocolate em pó  Biscoito Doce - rosquinhas | Leite com Cacau  Pão com Manteiga | Leite com Chocolate em pó  Biscoito Doce - maisena | Leite com Cacau  Pão com Requeijão |
| **REFEIÇÃO**  **9h30 às 9h50**  **e 15h às 15h20** | Arroz + Feijão  Ovos Cozidos com Molho Vinagrete  Salada de Alface  Suco | Arroz + Feijão  Strogonoff de Frango  Salada de Tomate  Fruta | Arroz + Feijão  Carne Moída Refogada  Salada de Beterraba e Cenoura  Fruta | Lasanha à Bolonhesa  Salada de Alface  Suco |
| 12h - alunos do sítio | PÃO/BOLACHA/FRUTA | PÃO/BOLACHA/FRUTA | PÃO/BOLACHA/FRUTA | PÃO/BOLACHA/FRUTA |

Este cardápio está sujeito a alterações. Elaborado por Mariana C. Rizzo – nutricionista CRN3 47485  
Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.

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

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **SEGUNDA-FEIRA (27/11)** | **TERÇA-FEIRA (28/11)** | **QUARTA-FEIRA (29/11)** | **QUINTA-FEIRA (30/11)** | **SEXTA-FEIRA (01/12)** |
| **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  Biscoito Doce - maisena | Leite com Cacau  Pão com Requeijão |
| **REFEIÇÃO**  **9h30 às 9h50**  **e 15h às 15h20** | Arroz + Feijão  Salsicha ao Molho  Salada de Alface  Suco | Arroz + Feijão  Carne de Panela com Batata e Cenoura  Salada de Pepino  Fruta | Arroz + Feijão  Frango Assado  Purê de Batata Doce  Salada de Alface  Fruta | Arroz + Feijão  Carne Moída Refogada  Salada de Repolho  Fruta | Macarrão Pizza  Salada de Almeirão  Suco |
| 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. Elaborado por Mariana C. Rizzo – nutricionista CRN3 47485  
Qualquer modificação deve ser informada a nutricionista responsável.