

# *Programa de Alimentação Escolar*

## CARDÁPIO

### ***“ Ensino Fundamental ”***

PERÍODO PARCIAL





Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA 01/08/2024	6ª FEIRA 02/08/2024
DESJEJUM 7:15h às 07:30h	-	-	-	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS
ALMOÇO: 10h às 10:30h	-	-	-	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / COXA E SOBRE COXA ASSADA/ PURÊ DE BATATA (COM SA:ALFACE FRUTA: ABACAXI	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA MUSC CUBOS C/ CENOURA (CARNE BOVINA MÚSC CUBOS, CENOURA, TOMATE E CHEIRO VERDE) SA: ALMEIRÃO
LANCHE II 15:30 às 16h	-	-	-		

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs (4 a 5 anos.)	312	51,77	17,87	4,15	291,61	5,30	58,63	3,48	62,10	2,77	54,61	74,55





Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 05/08/2024	3ª FEIRA 06/08/2024	4ª FEIRA 07/08/2024	5ª FEIRA 08/08/2024	6ª FEIRA 09/08/2024
<b>DESJEJUM 7:15h às 07:30h</b>	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS	CHÁ MATE / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / BISCOITO MAISENA S/ LACTOSE	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	RISOTO COM PERNIL SUÍNO E LEGUMES (PERNIL SUÍNO, ARROZ, CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO)	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / MUSC. EM CUBOS BOVINO / BERINJELA, CENOURA (CHEIRO VERDE E CEBOLA)	PÃO FRANCÊS COM FRANGO DESFIADO COM TOMATE / CHÁ MATE	POLENTA COM COXAE SOBRECOXA DE PANELA AO MOLHO DE TOMATE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, CEBOLA)
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>	SA: PEPINO FRUTA: LARANJA	SA: TOMATE		SA: ALMEIRÃO FRUTA: BANANA	

**OBSERVAÇÃO:** CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
<b>CEMEIs(4 a 5 anos )</b>	345	54,65	16,93	6,42	261,02	6,24	79,69	3,84	69,05	2,92	43,57	89,45





Ensino Fundamental - Período Parcial					
MÊS DE AGOSTO/2024					
REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 12/08/2024	3ª FEIRA 13/08/2024	4ª FEIRA 14/08/2024	5ª FEIRA 15/08/2024	6ª FEIRA 16/08/2024
<b>DESJEJUM 7:15h às 07:30h</b>	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ/ PÃO FRANCÊS	CHÁ MATE SOJA / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ/ BISCOITO ÁGUA E SAL S/ LACTOSE	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	MACARRÃO COM PEITO DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE) COUVE FLOR REFOGADO SA: ALFACE	BOLO DE LARANJA COM FUBÁ SU: NATURAL DE LARANJA	ARROZ COM ABOBRINHA/ COXA E SOBRECOXA DE PANELA / REFOGADO DE ABOBORA CABOTIA/ SA: ALMEIRÃO	PÃO FRANCÊS COM CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / CHÁ MATE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / PERNIL SUINO REFOGADO ACEBOLADO / BETERRABA COZIDA FRUTA: MAÇA
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>					

**OBSERVAÇÃO:** CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	322	54,16	17,31	4,05	245,50	5,42	68,33	3,31	58,31	2,39	80,03	65,36





**Ensino Fundamental - Período Parcial**

**MÊS DE AGOSTO/2024**

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 19/08/2024	3ª FEIRA 20/08/2024	4ª FEIRA 21/08/2024	5ª FEIRA 22/08/2024	6ª FEIRA 23/08/2024
<b>DESJEJUM 7:15h às 07:30h</b>	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / BISCOITO MAISENA SEM LACOTSE	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA)/ SA: ALFACE	MINGAU DE CACAU EM PÓ	ARROZ BRANCO/ FRANGO XADREZ (PEITO DE FRANGO, PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, CENOURA, CEBOLA REPOLHO E VAGEM) SA ALMEIRÃO	MACARRÃO AO MIOLHO DE TOMATE E PERNIL SUÍNO SA: ALFACE FRUTA: BANANA	POLENTA COM PEITO DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>					

**OBSERVAÇÃO:** CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos)	320	52,63	17,14	4,53	272,00	5,74	67,67	3,29	67,57	1,92	47,22	87,18





Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 26/08/2024	3ª FEIRA 27/08/2024	4ª FEIRA 28/08/2024	5ª FEIRA 29/08/2024	6ª FEIRA 30/08/2024
<b>DESJEJUM 7:15h às 07:30h</b>	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / BISCOITO ÁGUA E SAL/ LACTOSE	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ/ PÃO FRANCÊS	CHÁ MATE / PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ/ PÃO FRANCÊS	LEITE DE SOJA COM CACAU EM PÓ / PÃO FRANCÊS
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / CARNE DE PANELA (MUSC. BOVINO CUBOS) COM MANDIOCA / COUVE REFOGADA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ PEITO DE FRANGO EM TIRAS ACEBOLAD/ REFOLHO REFOGADO COM CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ OVO MEXIDO COM CEBOLA E CHEIRO VERDE / REFOGADO DE BATATA COM CENOURA SA: TOMATE FRUTA: BANANA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / PERNIL SUINO REFOGADO ACEBOLADO / BETERRABA COZIDA	ARROZ COM ABOBRINHA / COXA E SOBRECOXA ASSADA/ REPOLHO REFOGADO COM CENOURA / BETERRABA COZIDA
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
<b>CEMEIs(4 a 5 anos.)</b>	393	68,19	18,91	4,84	299,49	6,79	81,64	4,10	72,17	2,93	67,86	69,14

