



Cardápio de Dezembro

CARLINA - 9h e 9:30h; 14:40 e 15h
M = 9:15h e 9:35h; **T** = 15:00h
9:00h e 9:30h; T = 14:20h e 15h

BENI = 9:30h
BIAGIONE -
ELEUTÉRIO - **M**=
LUIS ANTUNES - **M**
LYRIA - **M** = 9:30h; **T**= 15h



Luciana P. S. Campos
 Nutricionista RT
 DAE - Tietê
 CRN3.8942

ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/12/2020	06/12/2020	07/12/2020	08/12/2020	09/12/2020
LANCHE DA ENTRADA somente alunos do sítio	Leite com achocolatado e pão com requeijão	Suco de maracujá e bolo	Leite com achocolatado e pão de leite com manteiga	Chá com leite e pão com requeijão	Suco de acerola e pão com manteiga
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	Arroz, Feijão, almondegas ao molho de cenoura e purê de batata. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão preto, virado de cenoura com carne suína. Salada de pepino. Laranja	Arroz, Polenta com frango cremoso com vagem. Salada de alface. Melancia	Arroz, feijão, isca de carne com berinjela, tomate e pimentão. Salada de alface. Banana	Arroz, feijão, frango com abobrinha e cheiro verde. Salada de beterraba. Melancia
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/12/2022	13/12/2022	14/12/2022	15/12/2022	16/12/2022
LANCHE DA ENTRADA somente alunos do sítio	Suco de acerola e pão com requeijão	Leite com achocolatado e pão com requeijão	Vitamina de mamão e bolo	Suco de abacaxi e pão com manteiga	Achocolatado e pão de leite com requeijão
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	Arroz, feijão, carne moída com batata e cheiro verde. Salada de pepino. Maçã	Arroz, polenta a bolonhesa com ervilha. Salada de acelga. Laranja	Arroz, feijão preto com carne suína e abóbora. Salada de couve. Banana	Arroz, feijão, isca de carne com quiabo. Salada de batata. Laranja	Arroz, feijão, virado de escarola com carne suína. Salada de alface. Melancia

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental / Médio	740	120	25	18	10	230	60	360	5	97	3

ACOMPANHEM O DIA A DIA DA NOSSA MERENDA





Cardápio de Dezembro

CARLINA - 9h e 9:30h; 14:40 e 15h
BENI = 9:30h
BIAGIONE -
 M = 9:15h e 9:35h; T = 15:00h
ELEUTÉRIO - M=
 9:00h e 9:30h; T = 14:20h e 15h
LUIS ANTUNES - M
 = 9:30h; T=14:50h
LYRIA - M = 9:30h; T= 15h



ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/12/2022	20/12/2022	21/12/2022	22/12/2022	23/12/2022
LANCHE DA ENTRADA somente alunos do sítio	Suco de abacaxi e pão de leite com requeijão	Leite com achocolatado e pão de leite com manteiga	Suco de acerola e Bolo	CONSELHO DE CLASSE	RECESSO ESCOLAR BOAS FÉRIAS!
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	Arroz, Feijão, misto de mini almondegas com batatas sauté. Salada de chuchu. Laranja	Arroz, Polenta a bolonhesa. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão, cuscuz de frango com legumes. Salada de repolho. Salada de frutas		

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental / Médio	740	120	25	18	10	230	60	360	5	97	3

