



Cardápio de Setembro

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



ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/09/2022	06/09/2022	07/09/2022	08/09/2022	09/09/2022
LANCHE DA ENTRADA somente alunos do sítio	Leite com achocolatado e biscoito com requeijão	Suco de maracujá e pão de leite com manteiga	FERIADO	Vitamina de banana e pão de leite com manteiga	Leite com achocolatado e biscoito com requeijão
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	Arroz, feijão, frango cremoso com cenoura e cheiro verde. Salada de beterraba ralada. Maçã	Arroz, feijão preto com carne suína e virado de couve. Salada de pepino. Laranja		Arroz, Feijão, frango com abobrinha e cheiro verde. Salada de acelga. Mexirica	Arroz, Feijão, isca de carne com batata e cenoura. Salada de alface. Maçã
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/09/2022	13/09/2022	14/09/2022	15/09/2022	16/09/2022
LANCHE DA ENTRADA somente alunos do sítio	Leite com achocolatado e biscoito com manteiga	Suco de maracujá e bolo	Leite com achocolatado e Pão de leite com requeijão	Suco de abacaxi e bolo	Composto lácteo vitaminado e pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete colorido de forno. Salada de Repolho. Mexirica	Arroz, feijão, frango com berinjela e pimentão.. Salada de cenoura ralada. Maçã	Arroz, feijão isca de carne com abobrinha e cenoura. Salada de alface. Mexirica	Arroz, feijão, carne suína com acelga e cheiro verde. Salada de beterraba. Maçã	Arroz, Polenta com frango cremoso desfiado com vagem e cenoura. Salada de alface. Laranja

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (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				





Cardápio de Setembro

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; T14:50h
LYRIA - M = 9:30h; T= 15h



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



ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/09/2022	20/09/2022	21/09/2022	22/09/2022	23/09/2022
LANCHE DA ENTRADA somente alunos do sítio	Suco de abacaxi e pão de leite com queijo	Achocolatado e pão de leite com manteiga	Suco de manga e pão de leite com requeijão	Leite com mamão e bolo	Suco de maracujá e pão de leite com requeijão
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	Arroz, Feijão, almondegas assadas e purê de batata. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão preto com carne suína e virado de couve. Salada de pepino. Laranja	Arroz, Lentilha com paio e torta paulista (carne moída e purê de batata). Salada de alface. Banana nanica	Arroz, Feijão, Polenta recheada com frango desfiado e muçarela. Salada de chuchu com cheiro verde. Mexirica	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca e cheiro verde. Salada de alface. Laranja
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/09/2022	27/09/2022	28/09/2022	29/09/2022	30/09/2022
LANCHE DA ENTRADA somente alunos do sítio	Composto lácteo vitaminado e biscoito	Suco de manga e pão de leite com requeijão	Leite com banana e bolo	Suco de goiaba e pão de leite com requeijão	PLANEJAMENTO
ALMOÇO	Arroz, feijão, carne moída com chuchu, cenoura e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de repolho. Mexirica	Arroz, feijão, isca cremosa com cenora, chuchu e cheiro verde. Salada de alface. Maçã	Arroz, feijão, frango com batata doce, molho branco e cheiro verde. Salada de rucula. Mexirica	

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

