



# Cardápio de Junho



AGLASSI MILTON  
JOÃO MARCOS  
ZEZÉ GIOVANETTI



## ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06/06/2022	07/06/2022	08/06/2022	09/06/2022	10/06/2022
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com mortadela e suco de caju	Bolo e Suco de maracujá	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com patê de ovo e suco de abacaxi
ALMOÇO	Arroz, Feijão. Omelete de forno com abobrinha italiana, tomate e queijo ralado. Salada de Beterraba. Laranja	Arroz, feijão, carne com mandioca e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Arroz, Feijão, frango com abóbora e cheiro verde. Salada de Alface. Laranja	Arroz, feijão, cação com batata e cheiro verde. Farofa colorida. Salada de Alface. Banana	Macarrão parafuso com carne moída e abobrinha brasileira. Salada mista (cenoura cozida, vagem e cheiro verde). Maçã
Lanche da tarde INTEGRAL	MAÇÃ	LARANJA	BANANA	MAÇÃ	BANANA
Lanche da tarde PARCIAL	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com mortadela e suco de caju	Bolo e Suco de maracujá	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com patê de ovo e suco de abacaxi
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	13/06/2022	14/06/2022	15/06/2022	16/06/2022	17/06/2022
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Pão com requeijão e shake de chocolate	Pão com patê de cenoura e suco de caju	Pão com requeijão e suco de acerola	Feriado/Ponto Facultativo	
ALMOÇO	Arroz, Feijão, peito de frango com batata e cheiro verde. Salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão preto, carne suína com mandioca e cheiro verde. Salada de pepino. Laranja	Macarrão parafuso ao molho de tomate natural com carne moída. Salada de batata com vagem. Mexirica		
Lanche da tarde INTEGRAL	LARANJA	BANANA	MAÇÃ		
Lanche da tarde PARCIAL	Pão com requeijão e shake de chocolate	Pão com patê de cenoura e suco de caju	Pão com requeijão e suco de acerola		

### 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 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4





# Cardápio de Junho



AGLASSI MILTON  
JOÃO MARCOS ZEZÉ  
GIOVANETTI



## ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	20/06/2022	21/06/2022	22/06/2022	23/06/2022	24/06/2022
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Pão com requeijão e chocolate quente	Pão com patê de ovo e suco de caju	Pão com requeijão e suco de acerola	Pão com patê de frango e suco abacaxi	Cachorro Quente com purê de batata e vinagrete. Suco de maracujá
ALMOÇO	Macarrão parafuso com cenoura, abobrinha e tomate, cheiro verde e queijo ralado. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão, carne com cenoura e tomate. Salada de chuchu com cheiro verde. Laranja	Arroz, Feijão, frango com abóbora e cheiro verde. Salada de Alface. Banana	Arroz, feijão, cação com batata e cheiro verde. Farofa colorida. Salada de Alface. Maçã	CANJA
Lanche da tarde INTEGRAL	LARANJA	MAÇÃ	BANANA	MAÇÃ	BANANA
Lanche da tarde PARCIAL	Pão com requeijão e chocolate quente	Pão com patê de ovo e suco de caju	Pão com requeijão e suco de acerola	Pão com patê de frango e suco abacaxi	Cachorro Quente com purê de batata e vinagrete. Suco de maracujá
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	27/06/2022	28/06/2022	29/06/2022	30/06/2022	01/07/2022
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Pão com patê de ovos e suco de manga	Pão com requeijão e suco de abacaxi	Bolo e Chá Mate	Pão com requeijão e suco de acerola	Chocolate quente e pão com manteiga
ALMOÇO	Arroz, Feijão, Polenta recheada com frango desfiado e queijo. Salada de chuchu com cheiro verde. Maçã	Arroz, feijão, carne com batata, tomate e cheiro verde. Salada de acelga. Laranja	Macarrão parafuso ao <b>sugo natural</b> com frango e tomate. Salada de cenoura com cheiro verde. Maçã	Arroz, lentilha com calabresa e carne suína, farofa. Salada de alface. Banana	Arroz, feijão, frango com chuchu. Salada de batata cor de rosa (com beterraba cozida e cheiro verde) Mexirica
Lanche da tarde INTEGRAL	LARANJA	MAÇÃ	BANANA	MAÇÃ	BANANA
Lanche da tarde PARCIAL	Pão com patê de ovos e suco de manga	Pão com requeijão e suco de abacaxi	Bolo e Chá Mate	Pão com requeijão e suco de acerola	Chocolate quente e pão com manteiga

### 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 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4





# Cardápio de Julho



AGLASSI MILTON  
JOÃO MARCOS  
ZEZÉ GIOVANETTI



## ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 2022

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/07/2022	05/07/2022	06/07/2022	07/07/2022	08/07/2022
Lanche da manhã INTEGRAL E PARCIAL	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com mortadela e suco de caju	Bolo e Chocolate quente	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com patê de ovo e suco de abacaxi
ALMOÇO	Arroz, feijão, peito de frango com cenoura e cheiro verde. Salada de acelga. Laranja	Arroz, feijão preto, carne suína com abóbora e cheiro verde. Salada de repolho. Maçã	Arroz, Feijão, frango com abóbora e cheiro verde. Salada de Alface. Laranja	Macarrão parafuso com carne moída, cenoura e cheiro verde. Salada de pepino. Banana prata	Arroz, feijão, frango com mandioca e cheiro verde. Salada de vinagrete. Maçã
Lanche da tarde INTEGRAL	MAÇÃ	LARANJA	BANANA	MAÇÃ	BANANA
Lanche da tarde PARCIAL	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com mortadela e suco de caju	Bolo e Chocolate quente	Pão com requeijão e suco de maracujá	Pão com patê de ovo e suco de abacaxi