

CARDÁPIO EMEF, EE, FIEB (6 a 18 anos)- SETEMBRO 2022 - Diabetes

1ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
				01/set	02/set
ENTRADA				Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com manteiga	Leite com café e adoçante Pão francês com geleia 100% fruta
REFEIÇÃO				Arroz integral/ Feijão Frango (sassami) em cubos com legume e alho poró Fruta	Arroz integral/ Feijão Linguiça de frango acebolada Salada de legume

2ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	05/set	06/set	07/set	08/set	09/set
ENTRADA	Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com manteiga	Chá mate com adoçante Mini pão francês com requeijão	FERIADO	Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com manteiga	Chá com adoçante Pão francês com geleia 100% fruta
REFEIÇÃO	Macarrão ao alho e óleo com atum e cheiro verde Legume refogado	Arroz integral /Feijão Carne (iscas) acebolada Fruta		Feijão Risoto de frios Salada de verdura	Arroz integral /Feijão Frango (sassami) com abóbora japonesa e cheiro verde Legume refogado

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

CARDÁPIO EMEF, EE, FIEB (6 a 18 anos)- SETEMBRO 2022 - Diabetes

3ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	12/set	13/set	14/set	15/set	16/set
ENTRADA	Leite com café e adoçante Pão francês com manteiga	Leite com café e adoçante Pão francês com geleia 100% fruta	Leite com café e adoçante Pão francês com manteiga	Chá mate com adoçante Pão francês com manteiga	Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com geleia 100% fruta
REFEIÇÃO	Arroz integral/ Feijão Ovo mexido com alho poró e cheiro verde Salada de legume	Arroz integral/ Feijão Estrogonofre de frango (sassami) Fruta	Arroz integral/ Feijão Carne moída refogada com legume e coentro Verdura refogada	Arroz integral/ Feijão Frango (sassami) refogado com legume Fruta	Arroz integral/ Feijão Almôndegas ao molho de tomate Salada de verdura

4ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	19/set	20/set	21/set	22/set- CONSELHO EMEF	23/set - CONSELHO EMEF
ENTRADA	Leite com café e adoçante Pão francês com geleia 100% fruta	Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com manteiga	Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com manteiga	Leite com café e adoçante Pão francês com manteiga	Chá mate com adoçante Pão francês com geleia 100% fruta
REFEIÇÃO	Arroz integral/ Feijão Carne (iscas) com legume e cheiro verde Salada de verdura	Arroz integral/ Feijão Preto Pernil com legume e tomate Fruta	Arroz integral/ Feijão Linguiça de frango acebolada Verdura refogada (sem farinha)	Arroz integral/ Feijão Frango (sassami) com legume Fruta	Arroz integral/ Feijão Carne moída refogada com legume Legume refogado

5ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	26/set	27/set	28/set	29/set	30/set
ENTRADA	Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com manteiga	Leite com café e adoçante Pão francês com geleia 100% fruta	Leite com cacau em pó e adoçante Pão francês com requeijão	Leite com café e adoçante Pão francês com geleia 100% fruta	Chá mate com adoçante Pão francês com manteiga
REFEIÇÃO	Macarrão ao molho de tomate com queijo Legume refogado	Arroz integral/ Feijão Frango (sassami) refogado com legume Fruta	Arroz integral/ Feijão Estrogonofre de carne (iscas) Legume refogado	Arroz integral/ Feijão Pernil com legumes Fruta	Arroz integral/ Feijão Carne (iscas) com legume Salada de legumes

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.