

## ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC CARDÁPIO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO

Referente ao Período Letivo: 02/04/18 à 06/04/18 ( 9º Semana)

| REFEIÇÃO                                                 | DIAS DA SEMANA                                                                       |                                                                                                      |                                                                                  |                                                                                  |                                                                              |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|                                                          | Segunda-feira                                                                        | Terça-feira                                                                                          | Quarta-feira                                                                     | Quinta-feira                                                                     | Sexta-feira                                                                  |
| <b>Lanche (turno regular)<br/>Matutino ou vespertino</b> | Arroz nutritivo<br>Salada de Acelga<br>Salada de cenoura ralada<br>Verduras da Horta | Macarrão Integral com<br>iscas e abobrinha<br>Salada de repolho verde e<br>roxo<br>Verduras da Horta | Pão fatiado integral e<br>linhaça com queijo,<br>tomate e orégano<br>Suco de uva | Salada de fruta (banana,<br>laranja, maçã, mamão)<br>Biscoito doce integral      | Sopa de aipim com iscas<br>Caqui                                             |
| <b>Lanche contra-turno I</b>                             | Biscoito salgado<br>integral<br>Leite com achocolatado<br>ou suco de uva<br>Caqui    | Biscoito salgado<br>integral<br>Leite com achocolatado<br>ou suco de uva<br>Melancia                 | Arroz nutritivo<br>Salada de Acelga<br>Salada de cenoura<br>Verduras da Horta    | Pão fatiado integral e<br>linhaça com queijo,<br>tomate e orégano<br>Suco de uva | Biscoito Doce Integral<br>Leite com achocolatado ou<br>Suco de uva<br>Banana |
| <b>Lanche no contra turno II</b>                         | Arroz nutritivo<br>Salada de Acelga<br>Salada de cenoura ralada<br>Verduras da Horta | Macarrão Integral com<br>iscas e abobrinha<br>Salada de repolho verde e<br>roxo<br>Verduras da Horta | Pão fatiado integral e<br>linhaça com queijo,<br>tomate e orégano<br>Suco de uva | Salada de fruta (banana,<br>laranja, maçã, mamão)<br>Biscoito doce integral      | Sopa de aipim com iscas<br>Caqui                                             |

Os alunos participantes do Mais Educação possuem o direito a 3 refeições que serão fornecidas de acordo com a orientação da secretaria de educação, da seguinte maneira:

**Lanche no turno regular:** refeição do turno regular, conforme o período que o aluno estuda – Matutino e Vespertino.

**Lanche contra-turno I e II:** Um lanche deve ser ofertado no início do período das atividades do Programa e o outro lanche no final do programa. Ofertar o lanche salgado no final das atividades do Programa e o outro lanche no início.

**ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC**  
**CARDÁPIO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO – Contra-turno**

Referente ao Período Letivo: 09/04/18 à 13/04/18 ( 10ª Semana)

| REFEIÇÃO                                                       | DIAS DA SEMANA                                                           |                                                        |                                                                                             |                                                                                |                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                | Segunda-feira                                                            | Terça-feira                                            | Quarta-feira                                                                                | Quinta-feira                                                                   | Sexta-feira                                                                                                   |
| <b>Lanche (turno regular)</b><br><b>Matutino ou vespertino</b> | Duo de fruta (Goiaba e maçã) com iogurte<br>Biscoito doce integral       | Sopa de macarrão, carne e legumes<br>Verduras da Horta | Sanduíche natural (com patê de sardinha, cenoura, alface e tomate)<br>Suco de uva<br>Banana | Salada de fruta (banana, laranja, maçã, abacaxi )<br>Biscoito salgado integral | Tilápia ensopada<br>Aipim cozido<br>Feijão Preto<br>Abóbora refogada<br>Salada de Acelga<br>Verduras da Horta |
| <b>Lanche contra-turno I</b>                                   | Macarrão integral<br>parafuso com sardinha ao molho<br>Salada de repolho | Biscoito doce integral<br>Iogurte<br>Maçã              | Tilápia ensopada<br>Aipim cozido<br>Feijão preto<br>Salada de acelga                        | Carreteiro<br>Salada de tomate<br>Verduras da Horta                            | Banana picada com canela<br>Biscoito doce integral                                                            |
| <b>Lanche no contra turno II</b>                               | Duo de fruta (Goiaba e maçã) com iogurte<br>Biscoito doce integral       | Sopa de macarrão, carne e legumes<br>Verduras da Horta | Sanduíche natural (com patê de sardinha, cenoura, alface e tomate)<br>Suco de uva<br>Banana | Salada de fruta (banana, laranja, maçã, abacaxi )<br>Biscoito salgado integral | Tilápia ensopada<br>Aipim cozido<br>Feijão Preto<br>Abóbora refogada<br>Salada de Acelga<br>Verduras da Horta |

Os alunos participantes do Mais Educação possuem o direito a 3 refeições que serão fornecidas de acordo com a orientação da secretaria de educação, da seguinte maneira:

**Lanche no turno regular:** refeição do turno regular, conforme o período que o aluno estuda – Matutino e Vespertino.

**Lanche contra-turno I e II:** Um lanche deve ser ofertado no início do período das atividades do Programa e o outro lanche no final do programa. Ofertar o lanche salgado no final das atividades do Programa e o outro lanche no início.

**ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC**  
**CARDÁPIO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO – Contra-turno**  
Referente ao Período Letivo: 16/04/18 à 20/04/18 (11ª Semana)

| REFEIÇÃO                                                       | DIAS DA SEMANA                                                                                                 |                                                                         |                                                                            |                                                                                                                  |                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                | Segunda-feira                                                                                                  | Terça-feira                                                             | Quarta-feira                                                               | Quinta-feira                                                                                                     | Sexta-feira                                                                                        |
| <b>Lanche (turno regular)</b><br><b>Matutino ou vespertino</b> | Macarrão integral com sardinha ao molho<br>Salada de beterraba cozida<br>Salada de pepino<br>Verduras da Horta | Sopa de feijão<br>Verduras da Horta<br>Laranja                          | Salada de fruta (banana, laranja, maçã, abacaxi)<br>Biscoito doce integral | Tilápia ensopada<br>Batata doce cozida<br>Feijão preto<br>Salada de verde (alface e rúcula)<br>Verduras da Horta | Pão fatiado integral e linhaça<br>com queijo, tomate e orégano<br>Suco de uva<br>Verduras da Horta |
| <b>Lanche contra-turno I</b>                                   | Biscoito doce integral<br>Suco de uva ou leite com achocolatado<br>Laranja                                     | Biscoito doce integral<br>Suco de uva ou leite com achocolatado<br>Maçã | Sopa de aipim<br>Verduras da Horta<br>laranja                              | Biscoito doce integral<br>Suco de uva ou leite com achocolatado<br>Banana                                        | Macarrão Integral<br>parafuso com iscas<br>Salada de repolho<br>Verdura Horta                      |
| <b>Lanche no contra turno II</b>                               | Macarrão integral com sardinha ao molho<br>Salada de beterraba cozida<br>Salada de pepino<br>Verduras da Horta | Sopa de feijão<br>Verduras da Horta<br>Laranja                          | Salada de fruta (banana, laranja, maçã, abacaxi)<br>Biscoito doce integral | Tilápia ensopada<br>Batata doce cozida<br>Feijão preto<br>Salada de verde (alface e rúcula)<br>Verduras da Horta | Pão fatiado integral e linhaça<br>com queijo, tomate e orégano<br>Suco de uva<br>Verduras da Horta |

Os alunos participantes do Mais Educação possuem o direito a 3 refeições que serão fornecidas de acordo com a orientação da secretaria de educação, da seguinte maneira:

**Lanche no turno regular:** refeição do turno regular, conforme o período que o aluno estuda – Matutino e Vespertino.

**Lanche contra-turno I e II:** Um lanche deve ser ofertado no início do período das atividades do Programa e o outro lanche no final do programa. Ofertar o lanche salgado no final das atividades do Programa e o outro lanche no início.

\* se não tiver polenta em estoque, servir macarrão ao molho.

**ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC**  
**CARDÁPIO PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO – Contra-turno**  
Referente ao Período Letivo: 23/04/18 à 27/04/18 ( 12ª Semana)

| REFEIÇÃO                                                | DIAS DA SEMANA                                                           |                                                        |                                                                                                |                                                                           |                                                              |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
|                                                         | Segunda-feira                                                            | Terça-feira                                            | Quarta-feira                                                                                   | Quinta-feira                                                              | Sexta-feira                                                  |
| <b>Lanche (turno regular)</b><br>Matutino ou vespertino | Biscoito salgado integral<br>Iogurte<br>Maçã                             | Sopa de macarrão, carne e legumes<br>Verduras da Horta | Sanduíche natural (com patê de sardinha, cenoura, alface e tomate)<br>Suco de uva<br>Tangerina | Salada de fruta (banana, laranja, maçã, goiaba)<br>Biscoito doce integral | Creme de chocolate e banana branca<br>Biscoito doce integral |
| <b>Lanche contra-turno I</b>                            | Macarrão com sardinha ao molho<br>Salada de cenoura<br>Verduras da Horta | Creme de chocolate<br>Maçã                             | Sopa de aipim<br>Verduras da Horta                                                             | Carreteiro<br>Salada de alface<br>Verduras da Horta                       | Macarronada<br>Salada de cenoura<br>Verduras da Horta        |
| <b>Lanche no contra turno II</b>                        | Biscoito salgado integral<br>Iogurte<br>Maçã                             | Sopa de macarrão, carne e legumes<br>Verduras da Horta | Sanduíche natural (com patê de sardinha, cenoura, alface e tomate)<br>Suco de uva<br>Tangerina | Salada de fruta (banana, laranja, maçã, goiaba)<br>Biscoito doce integral | Creme de chocolate e banana branca<br>Biscoito doce integral |

Os alunos participantes do Mais Educação possuem o direito a 3 refeições que serão fornecidas de acordo com a orientação da secretaria de educação, da seguinte maneira:

**Lanche no turno regular:** refeição do turno regular, conforme o período que o aluno estuda – Matutino e Vespertino.

**Lanche contra-turno I e II:** Um lanche deve ser ofertado no início do período das atividades do Programa e o outro lanche no final do programa. Ofertar o lanche salgado no final das atividades do Programa e o outro lanche no início.