

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL

Período: 28/05 à 22/06/2018

28/05 à 01/06 (17ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce integral Suco de abacaxi (feito na unidade) Melão	Biscoito salgado integral Iogurte Maçã	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com patê de sardinha Suco de verde (couve com limão)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Ovos mexidos com cheiro verde Arroz colorido Feijão Abóbora Refogada Salada de acelga Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Peixe empanado assado Purê de batata doce com inhame Feijão Salada de pepino Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Iscas ensopadas Inhame cozido Feijão Acelga refogada Salada de Brócolis cozido Salada de alface com tomate Verduras da horta		
Lanche da tarde	Pão de ló de laranja Suco de limão (feito na unidade) Maçã	Biscoito doce integral Suco de abacaxi (feito na unidade) Laranja	Salada de frutas (manga, banana, maçã e laranja) salpicadas com canela Biscoito salgado integral		



Secretaria de Educação

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 28/05 à 22/06/2018

04/06 à 08/06 (18ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Frutas (mamão e maçã) picadas com Iogurte	Biscoito doce integral Suco de abacaxi (feito na unidade) Maçã	Biscoito doce integral Suco verde (couve com limão) Banana branca	Pão de ló de laranja Suco de abacaxi e maçã (feito na unidade) Tangerina	Pão fatiado integral (pronto) com queijo Suco de laranja com cenoura (feito na unidade) Tangerina
Almoço	Ovos cozidos com cheiro verde Arroz Feijão Cenoura refogada Salada de abóbora cozida Salada de pepino Verduras da horta	Carne moída ao sugo Purê de batata com batata doce Feijão Salada de acelga Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Carne em iscas ao molho Aipim cozido Feijão Salada de tomate Salada de agrião com alface Verduras da horta	Carne moída à jardineira Macarrão integral ao sugo Feijão Farofa de couve com germe de trigo Salada de brócolis ** Salada de Beterraba ralada Verduras da horta	Tilápia ao molho Arroz com açafrão Feijão Salada de pepino com tomate Salada de repolho Verduras da horta
Lanche da tarde	Torta de sardinha Suco de limão (feito na unidade) Laranja	Pão de ló de chocolate Suco de limão (feito na unidade) Melão	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com patê de sardinha Suco de abacaxi (feito na unidade)	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com doce de banana Suco de limão (feito na unidade) Banana	Salada de frutas (banana, laranja e mamão) Biscoito salgado integral

** Guardar os talos de brócolis para utilizar no omelete de segunda.

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 28/05 à 22/06/2018

11/06 à 22/06 (19ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce integral Suco de abacaxi (feito na unidade) Melão	Biscoito sequilho Iogurte Maçã	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com queijo Suco de abacaxi (feito na unidade)	Biscoito doce integral Suco verde (couve com limão) Banana	Pão de ló de chocolate Suco de abacaxi (feito na unidade) Tangerina
Almoço	Omelete com talos de brócolis Arroz Feijão Salada de abóbora cozida Salada de repolho roxo Verduras da horta	Iscas com milho verde Macarrão integral ao sugo Feijão Salada de repolho Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Sardinhas ensopadas Arroz colorido Feijão Batata sauté Salada de brócolis Salada de couve-flor Verduras da horta	Iscas ao sugo Macarrão integral ao alho e óleo Feijão Salada de alface com agrião Salada de tomate Verduras da horta	Iscas aceboladas Purê de batata doce com inhame Feijão Couve refogada Salada de beterraba cozida Salada de pepino Verduras da horta
Lanche da tarde	Torta de sardinha Suco de limão (feito na unidade) Laranja	Pão de ló de laranja Suco de laranja com cenoura (feito na unidade) Melão	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) salpicado com canela Biscoito salgado integral	Pão fatiado integral (pronto) com doce de banana Suco de abacaxi, laranja e maçã (feito na unidade) Tangerina	Salada de frutas (banana, maçã e laranja) salpicada com canela Biscoito doce integral



Secretaria de Educação

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 28/05 à 22/06/2018

18/06 à 22/06 (20ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce integral Suco de abacaxi (feito na unidade) Maçã	Frutas (maçã e mamão) picadas com Iogurte	Pão fatiado integral (pronto) com patê de sardinha Suco verde (couve com limão) Tangerina	Pão de ló de chocolate Suco de limão (feito na unidade) Banana branca	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com queijo e tomate Suco de limão (feito na unidade)
Almoço	Ovos mexidos com tomate Arroz Feijão Farofa de cenoura com germe de trigo Salada de vagem Salada de beterraba ralada Verduras da horta	Iscas ensopadas Inhame cozido Feijão Salada de beterraba cozida Salada de pepino Verduras da horta	Iscas com couve-flor Macarrão integral com cheiro verde da horta Feijão Salada de couve com tomate Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Ovos cozidos com cheiro verde Arroz com brócolis Feijão Salada de acelga com laranja Salada de abóbora cozida Verduras da horta	Peixe a escabeche Purê de batata Feijão Brócolis com cenoura refogados Salada de alface Salada de tomate Verduras da horta
Lanche da tarde	Pão de ló de laranja Suco de limão (feito na unidade) Melão	Torta de sardinha Suco de abacaxi e maçã (feito na unidade) Laranja	Salada tropical (manga laranja, maçã, banana) salpicado com canela Biscoito salgado integral	Pão fatiado integral (pronto) com doce de banana Suco de abacaxi (feito na unidade) Tangerina	Biscoito doce integral Suco de abacaxi (feito na unidade) Banana

Nutricionistas:

Mariana Vieira dos Santos Kraemer
Mariana Vieira dos Santos Kraemer CRN10 4852

Priscila Mikulis de Castilho
Priscila Mikulis de Castilho CRN10 3069