

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 25/06 à 13/07/2018

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

25/06 à 29/06 (21ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce integral Suco de abacaxi com laranja * Melão	Cereal de Milho ou Biscoito salgado integral <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> Maçã	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com <u>DOCE DE BANANA OU</u> <u>MEL OU MELADO</u> Suco de abacaxi com couve *	Biscoito doce integral Suco de abacaxi, laranja e maçã * Tangerina	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com doce de banana <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u>
Almoço	Ovos cozidos com cheiro verde Arroz com açafrão Feijão Farofa de germe de trigo com cenoura Salada de pepino Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Iscas ao sugo <u>Purê de batata doce com</u> <u>inhame (SEM LEITE)</u> Feijão Salada de repolho verde com repolho roxo Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Peixe empanado assado Batata sauté Feijão Salada de abobrinha ralada Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Iscas ensopadas Inhame cozido Feijão Salada de brócolis cozido Salada de alface com tomate Verduras da horta	Iscas aceboladas com milho verde Aipim cozido Feijão Salada de Couve-flor com tomate Salada de repolho roxo Verduras da horta
Lanche da tarde	Pão de ló de laranja Suco de limão (feito na unidade) Maçã	Torta salgada * Suco de laranja com cenoura * Laranja	-	Pão de ló de chocolate Suco de laranja e maçã*	Salada de frutas (manga, maçã, laranja, banana) Biscoito doce integral

* Receita Nova – atentar para receituário enviado por EVN.



ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL

Período: 25/06 à 13/07/2018

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02/07 à 06/07 (22ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Frutas (mamão e maçã) picadas <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> <u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u>	Biscoito doce integral <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> Melão	Biscoito doce integral Suco verde (couve com limão) Banana branca	Pão de ló de laranja <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> *	Pão fatiado integral (pronto) patê de frango ★ Suco de abacaxi, laranja e maçã* Tangerina
Almoço	Sardinhas ensopadas <u>Purê de batata SEM LEITE</u> Feijão Cenoura refogada Salada de beterraba cozida Salada de pepino Verduras da horta	Carne moída a jardineira Macarrão integral ao alho e óleo Feijão Salada de repolho Salada de abóbora refogada Verduras da horta	Ovos mexidos com tomate Arroz com colorido Feijão Salada de couve Salada de agrião com alface Verduras da horta	Isclas aceboladas Macarrão integral ao sugo Feijão Farofa de couve com germe de trigo Salada de brócolis cozido ** Salada de Beterraba ralada Verduras da horta	Tilápia ao molho Batata corada Feijão Salada de couve-flor cozida Salada de tomate Verduras da horta
Lanche da tarde	Pão de ló de chocolate Suco de limão (feito na unidade) Laranja	Torta salgada * Suco de laranja com cenoura* Melão	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com doce de banana <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> Tangerina	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com patê de sardinha Suco de laranja com cenoura * Banana	Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão) Biscoito doce integral

** Guardar os talos para usar no omelete de segunda.

* Receita Nova – atentar para receituário enviado por EVN.



ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 25/06 à 13/07/2018

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

09/07 à 13/07 (23ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce integral Suco de abacaxi com maçã* Melão	<u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u> <u>ALIMENTO COM SOJA</u> <u>SABORES VARIADOS</u> Maçã	Pão fatiado integral e linhaça (pronto) com patê de frango Suco de abacaxi (feito na unidade)	Biscoito doce integral <u>ALIMENTO COM SOJA SABORES VARIADOS</u> Banana	Pão de ló de chocolate <u>ALIMENTO COM SOJA SABORES VARIADOS</u> Tangerina
Almoço	Omelete com talos de brócolis Arroz com açafrão Feijão Salada de cenoura cozida Salada de pepino com tomate Verduras da horta	Iscas ao sugo Macarrão integral ao alho e óleo Feijão Salada de repolho Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Peixe empanado assado <u>Purê de batata (SEM LEITE)</u> Feijão Batata sauté Salada de couve-flor Salada de rúcula com tomate Verduras da horta	Iscas ao molho marrom Aipim refogado Feijão Salada de brócolis Salada de beterraba ralada Verduras da horta	Iscas aceboladas <u>Purê de batata doce com inhame (SEM LEITE)</u> Feijão Repolho refogado Salada de tomate Salada de abobrinha com cenoura cozida Verduras da horta
Lanche da tarde	Torta salgada* <u>ALIMENTO COM SOJA SABORES VARIADOS</u> Laranja	Pão de ló de laranja Suco de laranja com cenoura* Melão	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) salpicado com canela Biscoito salgado integral	Pão fatiado integral (pronto) com <u>DOCE DE BANANA OU MEL OU MELADO</u> Suco de abacaxi, laranja e maçã* Tangerina	Salada de frutas (banana, maçã e laranja) Biscoito doce integral

* Receita Nova – atentar para receituário enviado por EVN.