

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
 Período: 04/03 a 29/03/2019

5ª Semana (04/03 a 08/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã			Biscoito Salgado Gergelim Leite com Achocolatado	Pão Integral Fatiado com queijo Suco de uva	Pão Massinha com Mel ou Melado Leite com Café
Almoço			Guisado Arroz com Açafrão Polenta Cremosa Feijão Preto Salada Verduras da Horta	Carne de Panela (acém) Arroz Feijão Carioca Salada Verduras da Horta	Isclas ao Molho Arroz Macarrão ao alho e óleo Lentilha Farofa(1) Salada Verduras da Horta
Lanche da tarde			Torta Integral de carne moída Suco de Maracujá	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com Achocolatado	Biscoito Salgado Leite com Achocolatado

(1) usar verdura da horta para enriquecer a farofa

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
 Período: 04/03 a 29/03/2019

6ª Semana (11/03 a 15/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Iogurte com Granola	Pão Fatiado com Mel ou Requeijão Leite com Café	Pão Caseiro de Aveia(2) com Queijo Leite com Café	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite Achocolatado	Pão Massinha com Requeijão ou carne moída Suco de uva
Almoço	Carne Suína ou Moída ao Molho Arroz Feijão Carioca Salada de Lentilha Salada Verduras da Horta	Carne de Panela (acém) Arroz Polenta Cremosa Feijão Preto Farofa (1) Salada Verduras da Horta	Peixe Empanado Assado Arroz Feijão Carioca Pirão de peixe Legume Refogado Salada Verduras da Horta	Iscas ao Molho Arroz Macarrão ao Alho e Óleo Feijão Preto com Lentilha Salada Verduras da Horta	Guisado Arroz Macarrão ao Sugo Feijão Carioca Farofa (1) Salada Verduras da Horta
Lanche da tarde	Torta Salgada de Carne Moída Suco de Abacaxi	Biscoito Salgado de Gergelim Leite com Achocolatado	Sagú de Suco de Uva com Creme de Ovos ou Creme Branco	Torta Salgada de Pão Quente Suco de Laranja	Biscoito doce integral Leite Achocolatado

(1) usar verdura da horta para enriquecer a farofa

(2) o pão deverá ser feito no dia anterior

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 04/03 a 29/03/2019

7ª Semana (18/03 a 22/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Creme de Aveia com Chocolate	Pão Integral Fatiado com Queijo Leite com Café	Biscoito Doce ou Biscoito Salgado Integral Leite com Achocolatado	Biscoito salgado Gergelim Leite com Achocolatado	Pão Caseiro de Fubá (1) com Requeijão Suco de Laranja
Almoço	Guisado Arroz Polenta Cremosa Feijão Preto Salada Verduras da Horta	Peixe Empanado Assado Arroz Pirão de Peixe Feijão Carioca Salada Verduras da Horta	Carne de Panela (acém) Arroz Feijão Preto Salada de Lentilha Salada Verduras da Horta	Iscas Bovinas ao Molho Arroz Feijão Carioca Macarrão ao Alho e Óleo Farofa Salada Verduras da Horta	Acém ao Molho Arroz com Açafrão Feijão Preto Legume Refogado Verduras da Horta
Lanche da tarde	Torta Salgada Suco de uva	Pão de Queijo Leite com Achocolatado	Torta Salgada de Pão Quente Suco de Maracujá	Canjica	Sagú de Suco de Uva com Creme Branco

(1) Ver Receita. O pão deve ser feito no dia anterior




ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL

Período: 04/03 a 29/03/2019

8ª Semana (25/03 a 29/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com Café	Creme de Aveia com Chocolate Biscoito Salgado de Gergelim	Pão Massinha com Requeijão Suco de Maracujá	Pão Caseiro de Fubá com Mel (2) Leite com Achocolatado	Pão Fatiado com Queijo Leite com Café
Almoço	Acém ao molho Arroz Feijão Preto com Lentilha Farofa (1) Salada Verduras da Horta	Iscas ao Molho Arroz Feijão Carioca Polenta Cremosa Salada Verduras da Horta	Peixe Empanado Assado Arroz com Açafrão Feijão Carioca Pirão de Peixe Salada Verduras da Horta	Guisado Arroz Macarrão ao Alho e Óleo Feijão Preto Salada Verduras da Hortal	Isca Bovina Refogada Arroz Macarrão ao Sugo Feijão preto Salada Verduras da Horta
Lanche da tarde	Sagú de suco de uva Creme de ovos ou Creme Branco	Pão Fatiado com Queijo Suco de Laranja	logurte com Granola	Torta Salgada de Pão Quente Suco de Uva	Creme de chocolate Biscoito doce ou Salgado Integral

(1) Usar verduras disponíveis na horta

(2) O pão deve ser feito no dia anterior. Ver receita