

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
Período: 29/04 a 24/05/2019

13ª Semana (29/04 a 03/05)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Creme de Aveia com Chocolate	Biscoito Salgado ou Doce Integral Leite com Achocolatado		Bolo de Chocolate Leite com Café	Pão Integral Fatiado com Queijo Leite com Achocolatado
Almoço	Estrogonofe Arroz com Açafrão Feijão Carioca Salada de Cenoura Salada de Repolho Verduras da Horta	Carne de Panela Arroz Feijão Preto Abóbora Refogada Salada de Repolho Roxo Salada de Chuchu Verduras da Horta		Ovos Mexidos Macarrão a Primavera Arroz Feijão com Lentilha Salada Verde (alface, rúcula e agrião) Salada de Tomate Verduras da Horta	Isclas ao Molho Arroz Polenta com Aveia e Orégano Salada de Couve-flor Salada de Pepino Verduras da Horta
Lanche da tarde	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com Achocolatado	Torta Integral de carne moída Suco de Uva		Cereal de Milho com leite e Salada de Frutas (Maçã, laranja, banana)	Biscoito Salgado Leite com Achocolatado

(1) usar verdura da horta para enriquecer a farofa

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL

Período: 29/04 a 24/05/2019

14ª Semana (06/05 a 10/05)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com Achocolatado	Pão Caseiro de Fubá(2) com Queijo Leite com Café	Bolo de Laranja(3) Leite com Café	Creme de Chocolate com Canela Banana Branca	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com Achocolatado
Almoço	Carne de Panela(1) Arroz Purê de Batata Doce com Inhame Feijão Carioca Salada de Cenoura Salada de Pepino Verduras da Horta	Iscas ao Molho Arroz Polenta com Aveia e Orégano Salada de Repolho Salada de Beterraba Verduras da Horta	Ovos Cozidos Arroz Macarrão à Primavera Lentilha Salada de Alface Salada de Tomate Verduras da Horta	Fricassé de Carne Arroz Aipim Sauteé Feijão Carioca Salada de Berinjela com Cenoura Salada Verde (alface, rúcula, agrião) Verduras da Horta	Iscas ao Molho Arroz Feijão Carioca Salada de Brócolis Salada de Couve-flor Verduras da Horta
Lanche da tarde	iogurte com Granola Fruta	Biscoito Salgado de Gergelim Leite com Achocolatado Fruta	Pão Massinha com Requeijão Leite com Café	Torta de Pão Quente Suco Caseiro de Limão	Canjica

(1) Se não tiver acém, fazer com Iscas de Patinho

(2) o pão deverá ser feito no dia anterior

(3) o bolo deverá ser feito no dia anterior

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
 Período: 29/04 a 24/05/2019

15ª Semana (13/05 a 17/05)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Creme de Aveia com Chocolate Maçã	Biscoito Salgado Integral Leite com Achocolatado Laranja	Pão Massinha com Mel Leite com Café	Cereal de Milho com Leite e Salada de Frutas (Maçã e Banana)	Pão Caseiro de Fubá (1) com Queijo Vitamina de Banana
Almoço	Carne ao Molho Arroz Polenta com Aveia e Orégano Feijão Preto Salada Abobrinha Salada de Beterraba Verduras da Horta	Ovos Cozidos ou Mexidos Arroz Molho de Tomate Caseiro Feijão Preto com Lentilha Salada de Cenoura Salada de Chuchu Verduras da Horta	Carne de Panela Arroz Feijão Preto Inhame Sauteé Salada de Pepino Salada de Tomate Verduras da Horta	Iscas Bovinas ao Molho Arroz Feijão Carioca Macarrão ao Alho e Óleo Salada de Brócolis Salada de Couve-flor Verduras da Horta	Carreteiro Feijão Preto Salada de Alface Salada de Repolho Roxo Verduras da Horta
Lanche da tarde	Pão de Queijo Leite com Achocolatado	Bolo de Chocolate Leite com Café	Torta Salgada de Pão Quente Suco de uva ou Suco Caseiro de Limão	Biscoito Salgado Leite com Achocolatado	Creme de Chocolate

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

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
 Período: 29/04 a 24/05/2019

16ª Semana (20/05 a 24/05)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Iogurte com Granola e Maçã	Pão Fatiado com Queijo Leite com Achocolatado	Pão Caseiro de Germe de trigo (1) com Doce Caseiro de Frutas (2) Leite com Achocolatado	Cuca de Banana Leite com Café	Pão Massinha com Requeijão Leite com Café
Almoço	Ovos cozidos ou mexidos Arroz com Açafrão Molho de Tomate Caseiro Feijão Preto Batata Sauteé Salada de Beterraba Salada de Cenoura Verduras da Horta	Estrogonofe Arroz Feijão Carioca Farofa Salada Repolho Roxo Salada de Chuchu Verduras da Horta	Carne de Panela Arroz Macarrão ao Alho e Óleo Feijão Preto Salada de Couve Manteiga Salada de Tomate Verduras da Horta	Fricassé de Carne Arroz Seleta de Legumes Feijão Carioca Salada de Couve-flor Salada de Beterraba Verduras da Horta	Carne de Panela Macarrão ao Sugo Abóbora Refogada Salada de Brócolis Salada de Cenoura Verduras da Horta
Lanche da tarde	Biscoito Salgado Leite com Achocolatado	Bolo de Cenoura Leite com Café	Creme de Aveia com Chocolate	Torta de Pão Quente Suco de Uva ou Suco Caseiro de Limão	Biscoito doce ou Salgado Integral Vitamina de Banana

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

(2) O doce deverá ser feito no dia anterior e armazenado na geladeira, conforme receituário.