

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC  
 CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – MATUTINO/VESPERTINO E EJA

Referente ao período de: 24/06/2019 a 12/07/2019

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Semana 21</b> 24/06 a 28/06	Creme de aveia com chocolate Biscoito doce integral ou salgado de gergelim Melão ou Maçã	Minestra Abóbora refogada <b>Verduras da Horta</b>	Arroz nutritivo Salada verde (alface, agrião e rúcula) Salada de couve-flor <b>Verduras da Horta</b>	Granola com logurte de coco e Banana	Pão fatiado integral com queijo, tomate e orégano Leite com achocolatado
<b>Semana 22</b> 1/07 a 5/07	Cereal de milho com leite Maçã	Creme de aveia com canela Biscoito doce integral ou salgado integral Laranja	Ovo mexido ou cozido Arroz integral Feijão Carioca Salada de pepino <b>Verduras da Horta</b>	Pão massinha integral com requeijão Vitamina de maçã e aveia	Sopa de feijão <b>Verduras da Horta</b> Banana
<b>Semana 23</b> 08/07 a 12/07	Biscoito doce integral ou salgado integral Leite com achocolatado Laranja	Arroz nutritivo Salada de beterraba <b>Verduras da Horta</b>	Duo de fruta (banana 50g e maçã 50g) com granola com iogurte	Pão massinha integral com queijo Vitamina de banana, aveia e canela	Tilápia ao molho Arroz integral Feijão Preto Salada de chuchu <b>Verduras da Horta</b>

Cardápio elaborado de acordo com a disponibilidade de produtos.

Se houver algum produto no estoque da unidade, próximo do vencimento e que não esteja contemplado neste cardápio, entrar em contato com a nutricionista responsável para adequação.

(1) Esta receita deve ser feita no dia anterior, conforme receituário (consultar link)