

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
Semana 21 24/06 a 28/06	Creme de aveia com chocolate Biscoito doce integral ou salgado de gergelim Melão ou Maçã	Minestra Abóbora refogada Verduras da Horta	Arroz nutritivo Salada verde (alface, agrião e rúcula) Salada de couve-flor Verduras da Horta	Granola com iogurte de coco e Banana	Pão fatiado integral com queijo, tomate e orégano Leite com achocolatado
Semana 22 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 Verduras da Horta	Pão massinha integral com requeijão Vitamina de maçã e aveia	Sopa de feijão Verduras da Horta Banana
Semana 23 08/07 a 12/07	Biscoito doce integral ou salgado integral Leite com achocolatado Laranja	Arroz nutritivo Salada de beterraba Verduras da Horta	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 Verduras da Horta

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)