

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL

24ª Semana (29/07 a 02/08)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Reunião pedagógica	Biscoito Salgado ou Doce Integral Alimento de soja sabores variados	Pão massinha integral com requeijão Leite com achocolatado	Bolo de laranja especial(1) Leite com Café	Pão Integral Fatiado com Queijo Vitamina de abacate
Almoço		Carne moída refogada Arroz integral com Açafrão Batata doce cozida Feijão preto Salada de Repolho roxo e repolho verde Verduras da Horta	Iscas bovinas ao molho Polenta com aveia Arroz integral Lentilha Salada de cenoura ralada Salada de alface com rúcula Verduras da Horta	Ovos Mexidos Arroz integral Aipim com tempero verde Feijão preto Salada de cenoura Salada de alface Verduras da Horta	Sardinha ao molho Arroz integral Macarrão integral ao sugo Feijão com lentilha Salada de pepino Salada de couve-flor Verduras da Horta
Lanche da tarde		Creme de chocolate com bebida de soja Maçã	Cereal de milho com leite e banana	Torta de pão quente Suco de Uva ou laranja	Pão de pizza Suco caseiro de limão

(1) o pão deverá ser feito no dia anterior

(2) o bolo deverá ser feito no dia anterior



Lucimar Pereira Silva CRN 10 0448

Nutricionistas:



Luciane Hirt Rosá CRN10 2182

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
25ª Semana (05/08 a 09/08)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito Doce ou Salgado Integral Alimento de soja sabores variados	Pão caseiro de linhaça e germe de trigo(1) com queijo Vitamina de maçã e aveia	Bolo de cenoura especial(2) Leite com achocolatado	Creme de aveia e canela Biscoito Doce ou Salgado Integral Banana	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com achocolatado
Almoço	Ovos cozidos Arroz integral Macarrão integral ao sugo Feijão Preto Abóbora Refogada Salada de chuchu Verduras da Horta	Guisado Arroz integral com açafrão Polenta Lentilha Salada de Cenoura Salada de Pepino Verduras da Horta	Omelete Arroz integral Aipim ao forno Feijão carioca Salada de couve manteiga Salada de beterraba Verduras da Horta	Iscas bovina ao molho Arroz integral Polenta com aveia Feijão preto Salada de repolho verde e roxo Verduras da Horta	Ovos mexidos com sardinha Arroz integral Macarrão à Primavera Lentilha Salada de cenoura Salada de chuchu Verduras da Horta
Lanche da tarde	logurte com Granola Maçã	Biscoito Salgado de Gergelim Leite com café melão	Torta de Pão Quente Leite com café	Pão Massinha integral com Requeijão Suco de uva ou laranja	Pão de pizza Suco caseiro de laranja e cenoura

(1) o pão deverá ser feito no dia anterior

(2) o bolo deverá ser feito no dia anterior

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL

26ª Semana (12/08 a 16/08)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Creme de chocolate com bebida de soja Melão	Biscoito Salgado Integral Leite com Café Maçã	Pão Massinha com requeijão Suco de laranja	Cereal de Milho com leite e banana	Pão fatiado integral com Queijo Suco de laranja
Almoço	Ovos cozidos com cheiro verde Arroz integral Feijão Preto com Lentilha Seleta de legumes (chuchu, cebola e cenoura) Salada de pepino Verduras da Horta	Iscas bovinas ao molho Arroz integral Polenta com aveia Lentilha Salada de repolho verde e roxo Verduras da Horta	Omelete Arroz com açafrão Batata dourada Feijão preto Salada de beterraba Salada de alface com agrião Verduras da Horta	Sardinha ao molho Arroz integral Macarrão integral ao sugo Feijão carioca Salada de couve-flor e cenoura Verduras da Horta	Arroz nutritivo Feijão preto Abóbora refogada Salada de pepino Verduras da Horta
Lanche da tarde	Pão de Queijo Suco de maçã	Bolo de Chocolate especial Suco de uva	Biscoito Salgado Leite com achocolatado	Torta Salgada de Pão Quente Suco de uva	Creme de chocolate com bebida de soja Banana

ESCOLAS MUNICIPAIS - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO ESCOLA INTEGRAL
27ª Semana (19/08 a 23/08)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Iogurte com Granola e Maçã	Biscoito Salgado Leite com Café	Pão Caseiro de linhaça com Germe de trigo (1) com melado Suco de uva	Bolo de chocolate especial Suco de laranja	Pão Fatiado com doce de banana Leite com café
Almoço	Ovos cozidos com cheiro verde Arroz integral Feijão Preto com Lentilha Salada de pepino Salada de beterraba Verduras da Horta	Peixe empanado assado Arroz integral Feijão preto Batata dourada Salada Repolho verde e roxo Verduras da Horta	Ovos mexidos Arroz integral Macarrão ao sugo Feijão carioca Salada de Couve Manteiga Salada de cenoura Verduras da Horta	Carne de panela (iscas bovinas) com aipim Arroz integral Lentilha Abóbora refogada Salada de repolho Verduras da Horta	Sardinha ao molho Arroz integral Macarrão integral ao sugo Feijão carioca Salada de chuchu Salada de Beterraba Verduras da Horta
Lanche da tarde	Bolo de Cenoura Suco de uva	Creme de aveia com canela Biscoito salgado integral	Sagu de suco de uva com creme de bebida de soja adoçado com banana	Pão massinha integral com requeijão Suco de maçã	Torta integral de legumes Suco de laranja

(1) Ver Receita. O pão deve ser feito no dia anterior. Se não tiver linhaça no estoque, fazer sem este ingrediente.

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