



# CARDÁPIO

## AGOSTO - 2024

### INFANTIL E FUNDAMENTAL



#### SEMANA 1

#### SEMANA 2

#### SEMANA 3

#### SEMANA 4

SEG

<p><b>05/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BISCOITO MAISENA + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> MACARRÃO À BOLONHESA (CARNE MOÍDA E MOLHO DE TOMATE)</p> <p><b>SUCO:</b> MARACUJÁ</p>	<p><b>12/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> VITAMINA DE BANANA CATURRA E AVEIA</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES (CENOURA, CHUCHU E BATATA)</p> <p><b>FRUTA:</b> ABACAXI</p>	<p><b>19/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BISCOITO ROSQUINHA + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO, MOLHO DE TOMATE</p> <p><b>FRUTA:</b> MAÇÃ</p>	<p><b>26/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BISCOITO ÁGUA E SAL + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> MACARRÃO À BOLONHESA (CARNE MOÍDA E MOLHO DE TOMATE E MANJERICÃO)</p> <p><b>FRUTA:</b> ABACAXI</p>
---	--	---	---

TER

<p><b>06/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BOLO DE CACAU + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FAROFA DE CARNE SUÍNA, OVOS, CHEIRO VERDE</p> <p><b>SUCO:</b> UVA</p>	<p><b>13/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BOLO DE LARANJA + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE SUÍNA COM ABÓBORA MORANGA E CHEIRO VERDE</p> <p><b>FRUTA:</b> MAÇÃ</p>	<p><b>20/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BOLO DE CENOURA + LEITE CARAMELIZADO COM HORTELÃ</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHEIRO VERDE E SALADA DE REPOLHO ROXO</p> <p><b>SUCO:</b> MARACUJÁ</p>	<p><b>27/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BOLO DE BANANA CATURRA + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE BOVINA COM MANDIOCA E CHEIRO VERDE E SALADA DE BETERRABA</p> <p><b>SUCO:</b> CAJU</p>
--	---	---	---

QUA

<p><b>07/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> FAROFA DE OVOS + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE BOVINA COM BATATA E SALADA DE ACELGA</p> <p><b>FRUTA:</b> BANANA CATURRA</p>	<p><b>14/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> MINGAU DE CHOCOLATE COM CANELA</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, MOÍDA COM REPOLHO E CHEIRO VERDE E SALADA DE BETERRABA</p> <p><b>FRUTA:</b> BANANA</p>	<p><b>21/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> MINGAU DE AVEIA COM CANELA</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE SUÍNA COM BATATA INGLESA E SALADA DE COUVE E TOMATE</p> <p><b>FRUTA:</b> MEXERICA</p>	<p><b>28/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BISCOITO MAISENA + CHÁ MATE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA E SALADA ACELGA</p> <p><b>FRUTA:</b> MAMÃO PAPAYA</p>
--	---	--	---

QUI

<p><b>08/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BISCOITO MAISENA + CHOCOLATE QUENTE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, SALPICÃO DE FRANGO</p> <p><b>FRUTA:</b> MEXERICA</p>	<p><b>15/08</b> <b>FERIADO</b></p>	<p><b>22/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> BISCOITO MAISENA + CHOCOLATE QUENTE</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO COM QUIABO E POLENTA, SALADA DE MOSTARDA</p> <p><b>SUCO:</b> BANANA CATURRA</p>	<p><b>29/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> MINGAU DE AVEIA COM CANELA</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE SUÍNA COM VAGEM E CENOURA, CHEIRO VERDE E SALADA DE COUVE</p> <p><b>FRUTA:</b> BANANA CATURRA</p>
--	--	--	--

SEX

<p><b>09/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> VITAMINA DE BANANA CATURRA</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO TROPEIRO COM CARNE SUÍNA, OVOS, COUVE E CHEIRO VERDE</p> <p><b>FRUTA:</b> MELÃO</p>	<p><b>16/08</b> <b>RECESSO</b></p>	<p><b>23/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> VITAMINA DE BANANA CATURRA</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE BOVINA COM COUVE-FLORES E CENOURA E SALADA DE ALFACE</p> <p><b>FRUTA:</b> MELANCIA</p>	<p><b>30/08</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> VITAMINA DE MAMÃO PAPAYA</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> ARROZ BRANCO, ESTROGONOFE DE FRANGO E SALADA DE ALFACE COM TOMATE</p> <p><b>FRUTA:</b> MELANCIA</p>
---	--	---	--

#### ILUSTRAÇÃO DA OBRAS DE VAN GOGH

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL					
MODALIDADE	KCAL	PROTEÍNA (G)	Gordura (G)	Carboidrato (G)	SÓDIO (MG)
INFANTIL E FUNDAMENTAL - SÉRIES INICIAIS	416,37	17,0	7,0	72,0	409,82
FUNDAMENTAL - SÉRIES FINAIS E EJA	547,66	23,0	9,0	103,0	523,04



Secretaria  
Educação



Marina Marcotino Braga  
Nutricionista  
CRM 9 21836