

|  |
| --- |
| **Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar** |
| **Cardápio 2022 - Ensino Médio / Eja (Idade de 15 a 18 anos) – 1ª Semana** |
|

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Segunda -feira** | **Terça - feira** | **Quarta - feira** | **Quinta - feira** | **Sexta - feira** |
| **Desjejum – 6:45 às 7h** |
| Leite com chocolatePão com margarina | Leite com chocolateBiscoito salgado | Leite com chocolatePão com requeijão | Leite com chocolateBiscoito doce | Leite com chocolatePão com margarina |
| **Refeição Manhã – 9:30 às 10h** |
| Macarrão parafuso com molho de tomate e Frango. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Quibe Assado. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Couve Refogada. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Mandioca. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta.  |
| **Refeição da Tarde – 15 às 15:30h** |
| Macarrão parafuso com molho de tomate e Frango. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Quibe Assado. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Couve Refogada. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Mandioca. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta. |
| **Refeição Jantar – 21:15 às 21:30h** |
| Macarrão parafuso com molho de tomate e Frango. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Quibe Assado. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Couve Refogada. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Mandioca. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta |

 |

Bruna Santucci Occhiena

**Nutricionista CRN3 18721**



|  |
| --- |
| **Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar** |
| **Cardápio 2022 - Ensino Médio / Eja (Idade de 15 a 18 anos) – 2ª Semana** |
|

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Segunda -feira** | **Terça - feira** | **Quarta - feira** | **Quinta - feira** | **Sexta - feira** |
| **Desjejum - 6:45 às 7h** |
| Leite com chocolatePão com margarina | Leite com chocolateBiscoito salgado | Leite com chocolatePão com margarina | IogurteBiscoito doce | Leite com chocolatePão com margarina |
| **Refeição Manhã - 9:30 às 10h** |
| Arroz, Feijão, Almôndega assada. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Omelete c/ legumes ao forno. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Carne em tiras c/ legumes. Salada. Fruta. |
| **Refeição da Tarde - 15 às 15:30h** |
| Arroz, Feijão, Almôndega assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete c/ legumes ao forno. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Carne em tiras c/ legumes. Fruta. |
| **Refeição da Noite - 21:15 às 21:30h** |
| Arroz, Feijão, Almôndega assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete c/ legumes ao forno. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Carne em tiras c/ legumes. Fruta. |

 |

Bruna Santucci Occhiena

**Nutricionista CRN3 18721**



|  |
| --- |
| **Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar** |
| **Cardápio 2022 - Ensino Médio / Eja (Idade de 15 a 18 anos) – 3ª Semana** |
|

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Segunda -feira** | **Terça - feira** | **Quarta - feira** | **Quinta - feira** | **Sexta - feira** |
| **Desjejum - 6:45 às 7h** |
| Leite com chocolatePão com margarina | Leite com chocolateBiscoito salgado | Leite com chocolatePão com margarina | Leite com chocolateBiscoito doce | Leite com chocolatePão com margarina |
| **Refeição Manhã - 9:30 às 10h** |
|  Macarrão parafuso com molho de carne moída. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Lingüiça assada c/ batata. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Couve Refogada. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Mandioca. Salada. Fruta.  | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta.  |
| **Refeição da Tarde - 15 às 15:30h** |
|  Macarrão parafuso com molho de carne moída. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Lingüiça assada c/ batata. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Couve Refogada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Mandioca. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta. |
| **Refeição da Noite - 21:15 às 21:30h** |
| Macarrão parafuso com molho de carne moída. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Lingüiça assada c/ batata. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Couve Refogada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Mandioca. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Frango ao molho de Tomate. Salada. Fruta. |

 |

Bruna Santucci Occhiena

**Nutricionista CRN3 18721**



|  |
| --- |
| **Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar** |
| **Cardápio 2022 - Ensino Médio / Eja (Idade de 15 a 18 anos) – 4ª Semana** |
|

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Segunda -feira** | **Terça - feira** | **Quarta - feira** | **Quinta - feira** | **Sexta - feira** |
| **Desjejum - 6:45 às 7h** |
| Leite com chocolatePão com margarina | Leite com chocolateBiscoito salgado | Leite com chocolatePão com margarina | IogurteBiscoito doce | Leite com chocolatePão com margarina |
| **Refeição da Manhã - 9:30 às 10h** |
| Macarrão parafuso com molho de carne moída. Salada. Fruta | Arroz c/ frango (sassami), Feijão. Vinagrete. Fruta | Arroz, Feijão, Omelete c/ legumes ao forno. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Bife c/ legumes. Salada. Fruta |
| **Refeição da Tarde - 15 às 15:30h** |
| . Macarrão parafuso com molho de carne moída. Salada. Fruta | Arroz c/ frango (sassami), Feijão. Vinagrete. Fruta | Arroz, Feijão, Omelete c/ legumes ao forno. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Bife c/ legumes. Salada. Fruta. |
| **Refeição da Noite - 21:15 às 21:30h** |
| Macarrão parafuso com molho de carne moída. Salada. Fruta | Arroz c/ frango (sassami), Feijão. Vinagrete. Fruta | Arroz, Feijão, Omelete c/ legumes ao forno. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Bife c/ legumes. Salada. Fruta. |

 |



Bruna Santucci Occhiena

**Nutricionista CRN3 18721**