PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS

CARDÁPIO ESCOLAR PERÍODO INTEGRAL: EMOAS

REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA 01/10	QUINTA 02/10	SEXTA 03/10
CAFÉ DA MANHÃ 07:50 H			Leite batido com coco Bolacha caseira	Chá Pão com Requeijão	Leite com chocolate 70% cacau Pão com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 09:45 H			Farofa de ovo com legumes (cenoura/repolho/cebola	Risoto de frango Com suco Polpa	Virado de feijão chá
ALMOÇO 12:00 H			Arroz Feijão Preto Salada de Alface Peito de Frango ao molho Macarrão espaguete	Arroz Feijão branco Salada couve manteiga Carne Moída Quirerinha	Arroz Feijão preto Salada Pepino Coxa de frango Polenta cremosa
LANCHE DA TARDE 14:45 H			Sanduíche natural (pão+ frango desfiado+ cenoura+ tomate)	Fruta= Maça Canjica com leite e coco	Batata doce assada Fruta= Banana maça

Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.
Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC

Fabiane Bochniak
Nutricionista
CRN 8/9949

PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS

CARDÁPIO ESCOLAR PERÍODO INTEGRAL: EMOAS

REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 06/10	TERÇA 07/10	QUARTA 08/10	QUINTA 09/10	SEXTA 10/10
CAFÉ DA MANHÃ 07:50 H	Chá de camomila Pão com requeijão	Chá cidreira Pão com doce	Leite batido com maça Bolacha caseira	Chá de erva doce Pão com Requeijão	Leite com chocolate 70% cacau Bolo de fubá
LANCHE DA MANHÃ 09:45 H	Sopa de letrinhas com legumes e frango	Arroz carreteiro Chá pêssego	Virado de feijão Chá	Polenta com carne moída Repolho cru	Iogurte de frutas Salada de frutas (maça/banana/morango Pipoca salgada
ALMOÇO 12:00 H	Arroz Feijão preto Salada repolho cru Peito de frango em cubos Batatinha cozida em rodelas	Arroz Feijão preto Salada cenoura ralada Carne moída refogada Quirerinha	Arroz Lentilha cozida Salada Brócolis com couve flor Iscas de carne bovina com cebola Batata doce cozida	Arroz Feijão preto Salada de acelga Pernil suíno Mandioca cozida	Arroz Feijão preto Salada de Tomate Sobrecoxa ao molho Macarrão alho e óleo
LANCHE DA TARDE 14:45 H	Fruta= mamão Canjica com leite	Torta de Frango Fruta= melancia	Sanduíche natural (pão+ frango desfiado+ cenoura+ tomate)	Fruta=banana Cereal matinal sem açúcar + leite	Hambúrguer caseiro Suco de polpa

Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.
Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC

Fabiane Bochniak
Nutricionista
CRN 8/9949

PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS

CARDÁPIO ESCOLAR PERÍODO INTEGRAL: EMOAS

REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 13/10	TERÇA 14/10	QUARTA 15/10	QUINTA 16/10	SEXTA 17/10
CAFÉ DA MANHÃ 07:50 H	Chá de camomila Pão com requeijão	Chá cidreira Pão com doce	RECESSO ESCOLAR DIA DO PROFESSOR	Chá de erva doce Pão com Requeijão	Leite com chocolate 70% cacau Pão com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 09:45 H	Risoto de Frango Repolho cru	Sopa de legumes, macarrão e carne bovina	RECESSO ESCOLAR DIA DO PROFESSOR	Virado de feijão Suco polpa	Macarrão Gravata Com legumes
ALMOÇO 12:00 H	Arroz Feijão preto Legumes refogados Iscas bovinas ao molho Batata doce cozida	Arroz Feijão preto Salada de beterraba cozida Coxa de frango com batatas assado	RECESSO ESCOLAR DIA DO PROFESSOR	Arroz Feijão branco Salada de alface Pernil suíno Quirerinha	Arroz Feijão preto Salada couve crua Peito de frango ao molho de tomate Mandioca
LANCHE DA TARDE 14:45 H	Fruta= banana Cereal sem adição de açúcar com leite	Fruta= Manga Farofa de ovo com farinha de milho	RECESSO ESCOLAR DIA DO PROFESSOR	Canjica com leite e coco Fruta= maça	Bolo simples Fruta= mamão

Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.
Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC

Fabiane Bochniak
Nutricionista
CRN 8/9949

PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS

CARDÁPIO ESCOLAR PERÍODO INTEGRAL: EMOAS

REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 20/10	TERÇA 21/10	QUARTA 22/10	QUINTA 23/10	SEXTA 24/10
CAFÉ DA MANHÃ 07:50 H	Chá de camomila Pão com requeijão	Chá cidreira Pão com doce	Leite batido com abacate Bolacha caseira	Chá de erva doce Pão com Requeijão	Leite com chocolate 70% cacau Pão com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 09:45 H	Polenta com Carne moída Salada de repolho	Arroz carreteiro Chá pêssego	Sopa de Legumes (macarrão/ Legumes/ frango)	Farofa de ovo com repolho	Sopa de Feijão com macarrão
ALMOÇO 12:00 H	Arroz Feijão preto Salada acelga Carne moída refogada Quirerinha	Arroz Feijão preto Repolho salada cozida Peito de frango ao molho Macarrão Gravata	Arroz Feijão preto Salada de beterraba e cenoura cozidos Pernil suíno Polenta cremosa	Arroz Feijão preto Salada alface Carne bovina acebolada Mandioca cozida	Arroz Lentilha cozida Salada de tomate Carne moída Batata inglesa em cubos
LANCHE DA TARDE 14:45 H	Fruta= banana Cereal sem adição de açúcar+ leite	Fruta= mamão	Sanduíche natural (pão+ frango desfiado+ cenoura+ tomate)	Fruta= Melancia Torta de carne moída	Batata doce assada Fruta= melão

Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.
Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC

Fabiane Bochniak
Nutricionista
CRN 8/9949

PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS

CARDÁPIO ESCOLAR PERÍODO INTEGRAL: EMOAS

REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 27/10	TERÇA 28/10	QUARTA 29/10	QUINTA 30/10	SEXTA 31/10
CAFÉ DA MANHÃ 07:50 H	Chá de camomila Pão com requeijão	Chá cidreira Pão com doce	Leite batido com banana Bolacha caseira	Chá de erva doce Pão com Requeijão	Leite com chocolate 70% cacau Pão com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 09:45 H	Macarrão com peito de frango desfiado	Quirera com carne moída	Sopa de Legumes (macarrão/ Legumes/ frango)	Risoto com legumes	Virado de feijão Suco polpa
ALMOÇO 12:00 H	Arroz Feijão preto Salada beterraba ralada crua Pernil suíno cozido Batata doce	Arroz Feijão Branco Iscas de carne bovina Batata inglesa com Legumes	Arroz Feijão preto Couve refogada Coxa ao molho de tomate Mandioca cozida	Arroz Feijão preto Salada de pepino Carne moída Macarrão molho bolonhesa	Arroz Feijão preto Salada de Repolho com cenoura cru Peito em cubos Polenta cremosa
LANCHE DA TARDE 14:45 H	Torta de bolacha Fruta= banana	Fruta= Maça Farofa de ovo com repolho	Sanduíche natural (pão+ frango desfiado+ cenoura+ tomate)	Fruta= laranja Canjica com leite e coco	Batata doce assada Fruta= melão

Necessidades especiais:
Alunos intolerantes a glúten: Oferta de pão sem glúten; macarrão sem glúten
Intolerantes a Lactose: oferta do leite e requeijão zero lactose.
Alunos com Diabetes: oferta de alimentos integrais em substituição: arroz integral, macarrão integral, preparações com farinha de aveia. Doces diet e pão integral.

Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.
Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC

Fabiane Bochniak
Nutricionista
CRN 8/9949