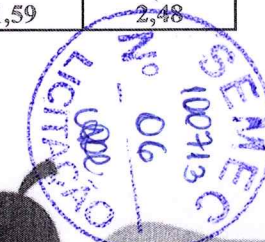


CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHE (1 – 3 ANOS) PERÍODO INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
LANCHE DA MANHA (08h00min)	MINGAU DE MILHO	SUCO DE POLPA DE FRUTA COM PÃO HOT DOG			MINGAU DE AVEIA			SUCO DE POLPA DE FRUTA COM BISCOITO MAISENA			LEITE COM PÃO HOT DOG	
ALMOÇO (11h30min)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)	ARROZ MISTURADO COM FEIJÃO E CARNE MOÍDA + SALADA CRUA (CENOURA RALADA E BETERRABA RALADA)			BAIÃO DE DOIS (ARROZ+FEIJÃO CARIOCA) + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COLORIDO (BETERRABA E CENOURA) + CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CHUCHU			MARIA ISABEL (ARROZ COM CARNE EM PEDAÇOS) COM ABÓBORA + SALADA CRUA (PEPINO E CENOURA RALADA)	
LANCHE DA TARDE (15h00min)	SOPA CHUCHU COM CARNE MOÍDA	SOPA CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO			SOPA CHUCHU COM CARNE MOÍDA			SOPA NUTRITIVA (FRANGO DESFIADO COM CENOURA E BATATA DOCE)			SOPA CREME DE ABÓBORA COM CARNE MOÍDA	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		856,54	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I (6 – 10 ANOS)

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
ALMOÇO (09h30min/15h30min)	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA COM SUCO DE ACEROLA + FRUTA (MELANCIA)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE MOÍDA E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COM ABÓBORA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (BETERRABA E CHUCHU)			GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)			FAROFA DE FRANGO COM CENOURA RALADA COM SUCO DE GOIABA + FRUTA (BANANA)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		334,54	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



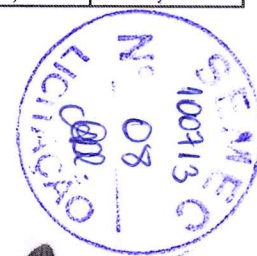
REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (11 – 15 ANOS)

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
ALMOÇO (09h30min/15h30min)	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA COM SUCO DE ACEROLA + FRUTA (MELANCIA)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE MOÍDA E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COM ABÓBORA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (BETERRABA E CHUCHU)			GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)			FAROFA DE FRANGO COM CENOURA RALADA COM SUCO DE GOIABA + FRUTA (BANANA)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		456,44	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – PRÉ-ESCOLA (4 – 5 ANOS) PERÍODO PARCIAL

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
REFEIÇÃO (09h00min/15h00min)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)	ARROZ MISTURADO COM FEIJÃO E CARNE MOÍDA + SALADA CRUA (CENOURA RALADA E BETERRABA RALADA)			BAIÃO DE DOIS (ARROZ+FEIJÃO CARIOCA) + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COLORIDO (BETERRABA E CENOURA) + CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CHUCHU			MARIA ISABEL (ARROZ COM CARNE EM PEDAÇOS) COM ABÓBORA + SALADA CRUA (PEPINO E CENOURA RALADA)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		269,55	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – PRÉ-ESCOLA (4 – 5 ANOS) PERÍODO PARCIAL

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
LANCHE DA MANHA (08h00min/13h30min)	MINGAU DE MILHO	SUCO DE POLPA DE FRUTA COM PÃO HOT DOG			MINGAU DE AVEIA			SUCO DE POLPA DE FRUTA COM BISCOITO MAISENA			LEITE COM PÃO HOT DOG	
REFEIÇÃO (11h00min/16h00min)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)	ARROZ MISTURADO COM FEIJÃO E CARNE MOÍDA + SALADA CRUA (CENOURA RALADA E BETERRABA RALADA)			BAIÃO DE DOIS (ARROZ+FEIJÃO CARIOCA) + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COLORIDO (BETERRABA E CENOURA) + CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CHUCHU			MARIA ISABEL (ARROZ COM CARNE EM PEDAÇOS) COM ABÓBORA + SALADA CRUA (PEPINO E CENOURA RALADA)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		442,68	57,50	18,59	14,85	2,39	183,22	1,87	34,11	2,17	2,56	247,35

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO



CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I – ZONA RURAL (6 – 10 ANOS)

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
ALMOÇO (09h00min/15h00min)	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA COM SUCO DE ACEROLA + FRUTA (MELANCIA)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COM ABÓBORA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (BETERRABA E CHUCHU)			GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)			FAROFA DE FRANGO COM CENOURA RALADA COM SUCO DE GOIABA + FRUTA (BANANA)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		335,31	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO



CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II – ZONA RURAL (11 – 15 ANOS)

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
ALMOÇO (09h00min/15h00min)	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA COM SUCO DE ACEROLA + FRUTA (MELANCIA)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COM ABÓBORA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (BETERRABA E CHUCHU)			GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)			FAROFA DE FRANGO COM CENOURA RALADA COM SUCO DE GOIABA + FRUTA (BANANA)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		447,20	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II – EMEF ANTONIETA DE LOURDES- TEMPO INTEGRAL (11 – 15 ANOS)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA						
LANCHE DA MANHÃ (09h00min)	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM MELANCIA E SUCO DE POLPA E FRUTA	CUSCUZ DE MILHO COM ACHOCOLATADO	SUCO DE POLPA DE FRUTA COM COM PÃO HOT DOG COM CARNE MOÍDA	FAROFA DE FRANGO COM SUCO DE POLPA	CUSCUZ DE ARROZ COM ACHOCOLATADO						
ALMOÇO (12h00min)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (PEPINO E TOMATE)	GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E ALFACE)	ARROZ COM ABÓBORA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (BETERRABA E CHUCHU)	GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E ALFACE)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE MOÍDA E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (REPOLHO E CENOURA RALADOS)						
LANCHE DA TARDE (15h00min)	VITAMINA DE POLPA DE FRUTA BISCOITO DE SAL	ARROZ DOCE E BANANA	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E FRUTA	SUCO DE POLPA COM PÃO HOT DOG	LEITE COM BISCOITO DOCE						
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
	1620,39	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO



CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – PRÉ-ESCOLA (4 – 5 ANOS) PERÍODO INTEGRAL

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
LANCHE DA MANHA (09h00min)	MINGAU DE MILHO	SUCO DE POLPA DE FRUTA COM PÃO HOT DOG			MINGAU DE AVEIA			SUCO DE POLPA DE FRUTA COM BISCOITO MAISENA			LEITE COM PÃO HOT DOG	
ALMOÇO (11h30min)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)	ARROZ MISTURADO COM FEIJÃO E CARNE MOÍDA + SALADA CRUA (CENOURA RALADA E BETERRABA RALADA)			BAIÃO DE DOIS (ARROZ+FEIJÃO CARIOCA) + FRANGO AO MOLHO + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COLORIDO (BETERRABA E CENOURA) + CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CHUCHU			MARIA ISABEL (ARROZ COM CARNE EM PEDAÇOS) COM ABÓBORA + SALADA CRUA (PEPINO E CENOURA RALADA)	
LANCHE DA TARDE (15h00min)	SOPA CHUCHU COM CARNE MOÍDA	SOPA CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO			SOPA CHUCHU COM CARNE MOÍDA			SOPA NUTRITIVA (FRANGO DESFIADO COM CENOURA E BATATA DOCE)			SOPA CREME DE ABÓBORA COM CARNE MOÍDA	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		907,44	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO



CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHE (7 – 11 MESES)

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
CAFE DA MANHA (08h00min)	FÓRMULA INFANTIL DE SEGUIMENTO 6-12 M + FRUTA	FÓRMULA INFANTIL DE SEGUIMENTO 6-12 M + FRUTA			FÓRMULA INFANTIL DE SEGUIMENTO 6-12 M + FRUTA			FÓRMULA INFANTIL DE SEGUIMENTO 6-12 M + FRUTA			FÓRMULA INFANTIL DE SEGUIMENTO 6-12 M + FRUTA	
ALMOÇO (10h30min)	ARROZ BRANCO* + FEIJÃO CARIOCA + FRANGO DESFIADO AO MOLHO + ABÓBORA REGIONAL COZIDA	ARROZ DE COLORIDO* + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (CENOURA E CHUCHU)			BAIÃO DE DOIS* (ARROZ+FEIJÃO CARIOCA) + FRANGO DESFIADO AO MOLHO + ABÓBORA REGIONAL REFOGADA			ARROZ COLORIDO* + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (CENOURA E CHUCHU)			ARROZ BRANCO* + FEIJÃO CARIOCA C/ BETERRABA* + FRANGO DESFIADO AO MOLHO + BETERRABA COZIDA	
LANCHE DA TARDE (13h00min)	FRUTA **	FRUTA**			FRUTA **			FRUTA **			FRUTA **	
JANTINHA (16h00min)	SOPA CHUCHU COM CARNE MOÍDA	SOPA CREME DE MANDIOCA COM CARNE FRANGO DESFIADO			SOPA CHUCHU COM CARNE MOÍDA			SOPA NUTRITIVA (FRANGO DESFIADO COM CENOURA E BATATA DOCE)			SOPA CREME DE ABÓBORA COM CARNE MOÍDA	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		472,71	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO



CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS- EJA

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
LANCHE	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA COM SUCO DE ACEROLA + FRUTA (MELANCIA)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COM ABÓBORA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (BETERRABA E CHUCHU)			GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)			FAROFA DE FRANGO COM CENOURA RALADA COM SUCO DE GOIABA + FRUTA (BANANA)	
09h00min												
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		460,25	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2022

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO

	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA	
LANCHE	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA COM SUCO DE ACEROLA + FRUTA (MELANCIA)	ARROZ BRANCO MISTURADO COM ABÓBORA, CARNE E FEIJÃO (BAIÃO DE TRÊS) + SALADA CRUA (ALFACE E TOMATE)			ARROZ COM ABÓBORA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (BETERRABA E CHUCHU)			GALINHADA (ARROZ BRANCO + FRANGO REFOGADO+ MILHO) SALADA CRUA (TOMATE E REPOLHO)			FAROFA DE FRANGO COM CENOURA RALADA COM SUCO DE GOIABA + FRUTA (BANANA)	
09h00min												
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		533,72	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER



REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO