



PREFEITURA MUNICIPAL DE SOURE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CNPJ 05.133.863/0001-50

SUGESTÃO DE CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: ANO 2024

REFEIÇÃO PRICIPAL		ACOMPANHAMENTO
01	Açaí in natura	Com farinha de mandioca ou tapioca
02	Café com leite	Com bolacha doce ou salgada (para alunos maiores de 3 anos de idade)
03	Carne em cubos	Com legumes (batata doce, macaxeira, abóbora, couve, feijão verde) e arroz parboilizado
04	Carne moída com purê de batata doce ou macaxeira	Com arroz parboilizado (alho, cebola, cenoura em cubos pequenos e sal) batata doce ou macaxeira amassada com leite integral
04	Chocolate quente	Com leite integral e bolacha doce ou salgada
06	Feijoada	Com arroz parboilizado (alho, cebola, couve, cheiro, espinafre, maxixe, quiabo, cebolinha cariru, abobora), charque ou chouriço marajoara e farinha de mandioca
07	Filé de peixe frito	Com arroz parbolizado (alho, cebola, cenoura ralada) feijão rajado (com carirú, abóbora, macaxeira, couve e cheiro verde) salada de alface com tomate e farinha de mandioca
08	Frango desfiado (abatido ou caipira)	Com arroz parboilizado, feijão manteiguinha e legumes (batata doce e abóbora em pedaços pequenos, cenoura e beterraba ralada, manjerição, cheiro verde, couve)
09	Frutas in natura	Abacaxi, banana, mamão, melancia e coco (água)
10	Galinhada (frango abatido ou caipira)	Com arroz parbolizado, alho, cebola, couve, cenoura, batata doce, abóbora, manjerição, maxixe e beterraba
11	Macarronada de frango (abatido ou caipira)	Com macarrão espaguete (alho, cebola, óleo, colorau e sal) frango desfiado e ovos cozidos
12	Maniçoba	Com arroz parbolizado (alho, cebola, couve e sal) e farinha de mandioca
13	Mingau de aveia	Aveia em flocos finos com leite integral
14	Mingau de arroz	Arroz tipo 02, farinha de tapioca e leite integral
15	Mingau de milho flocado	Farinha de milho flocada, leite integral e coco seco
16	Mingau de milho branco	Canjica de milho branco, leite integral e coco seco
17	Mingau de tapioca	Farinha de tapioca e leite integral
18	Sopa de carne	Com massa para sopa, batata, cenoura, quiabo, cebolinha, macaxeira, feijão verde, maxixe, cariru, abobora e farinha de mandioca
19	Sopa de feijão	Com massa para sopa, charque ou chouriço marajoara, quiabo, feijão verde, maxixe, cariru, abóbora, cenoura, batata, macaxeira, carirú e couve



PREFEITURA MUNICIPAL DE SOURE
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CNPJ 05.133.863/0001-50

20	Sopa de frango	Com massa para sopa, ovos cozidos, batata inglesa, cenoura, quiabo, abóbora, macaxeira e feijão verde, alfavaca e maxixe
21	Suco de fruta com leite integral	Com biscoito doce ou salgado
22	Suco de fruta com pão de hambúrguer (X-Búfalo)	Pão de hambúrguer, carne moída, chouriço do Marajó, queijo do Marajó e alface
23	Suco de fruta com pão de hambúrguer (Romeu e Julieta)	Pão de hambúrguer com queijo do Marajó e doce de leite de búfala
24	Vitamina de fruta (banana e mamão)	com leite integral, aveia e bolacha doce ou salgada
25	Vitamina de fruta de abacate	com leite integral, aveia e bolacha doce ou salgada
26	Vitamina de fruta de banana	com leite integral, aveia e bolacha doce ou salgada

Camilly do Espírito Santo Leão

Camilly do Espírito Santo Leão

Nutricionista Municipal da Educação Infantil

CRN: 6426