

ESCOLA PARCIAL – CARDÁPIO NOVEMBRO/2023

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ										MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE									
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
11/11/2023		12/11/2023		13/11/2023		14/11/2023		15/11/2023		16/11/2023		17/11/2023		18/11/2023		19/11/2023		20/11/2023	
MERENDA MANHÃ 10h				logurite de morango + salada de frutas (maçã manga e mamão) com aveia		FERIADO		RECESSO											
MERENDA TARDE 15h				logurite de morango + salada de frutas (maçã manga e mamão) com aveia															
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
6/11/2023		7/11/2023		8/11/2023		9/11/2023		10/11/2023		11/11/2023		12/11/2023		13/11/2023		14/11/2023		15/11/2023	
MERENDA MANHÃ 10h		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Café com leite + bolo de laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quirela + salada de beterraba + manga		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada alicce		Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Café com leite + bolo de laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quirela + salada de beterraba + manga		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada alicce	
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia		Café com leite + bolo de laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quirela + salada de beterraba + manga		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada alicce		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Café com leite + bolo de laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quirela + salada de beterraba + manga		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada alicce	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
13/11/2023		14/11/2023		15/11/2023		16/11/2023		17/11/2023		18/11/2023		19/11/2023		20/11/2023		21/11/2023		22/11/2023	
MERENDA MANHÃ 10h		Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicce + maçã		Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão		FERIADO		Arroz integral, Feijão preto, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Café com leite + bolo de laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quirela + salada de beterraba + manga		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada alicce	
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicce + maçã		Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão		FERIADO		Arroz integral, Feijão preto, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho com legumes (cenoura e abobrinha), salada de repolho + melancia		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Café com leite + bolo de laranja		Arroz, Feijão preto, Carne ao molho + quirela + salada de beterraba + manga		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Prato do molho de peixe, salada alicce	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
20/11/2023		21/11/2023		22/11/2023		23/11/2023		24/11/2023		25/11/2023		26/11/2023		27/11/2023		28/11/2023		29/11/2023	
MERENDA MANHÃ 10h		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + maçã		Arroz, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja		Café com leite + pão de queijo + melancia		Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alicce + péssago		Suco de maracujá + Pão de leite c/ ovo mexido, alicce, cenoura ralada + bolo de cenoura + melancia		Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alicce + péssago		Suco de maracujá + Pão de leite c/ ovo mexido, alicce, cenoura ralada + bolo de cenoura + melancia		Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + maçã		Arroz, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + maçã		Arroz, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja		Café com leite + pão de queijo + melancia		Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alicce + péssago		Suco de maracujá + Pão de leite c/ ovo mexido, alicce, cenoura ralada + bolo de cenoura + melancia		Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alicce + péssago		Suco de maracujá + Pão de leite c/ ovo mexido, alicce, cenoura ralada + bolo de cenoura + melancia		Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + maçã		Arroz, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
27/11/2023		28/11/2023		29/11/2023		30/11/2023		1/12/2023		2/12/2023		3/12/2023		4/12/2023		5/12/2023		6/12/2023	
MERENDA MANHÃ 10h		Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Arroz integral, Feijão preto, Frango assado(sobrecoca) + creme de milho + melão		Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + manga		Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + manga		Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + manga		Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja	
MERENDA TARDE 15h		Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis		Arroz integral, Feijão preto, Frango assado(sobrecoca) + creme de milho + melão		Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + manga		Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + manga		Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + manga		Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão + laranja	

Participa dos Santos Alves Garcia

Ligio Maria Toledo Faria Vicente

Camille Constantino de Carvalho

Ediane Sousa Costa Saldade
CRN 3 11301
Coordenadora Operacional

Ananda Galvão
CRN 3 11301
Nutricionista Coordenadora Operacional

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°102