



MUNICÍPIO DE CÉU AZUL - SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

Cardápio Escolar – ENSINO FUNDAMENTAL/PRÉ ESCOLA

| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | Média Semanal |
|-----------|---|--|--|--|--|---|
| | 05/02 – 04/03 | 06/02 – 05/03 | 07/02 – 06/03 | 08/02 – 07/03 | 09/02 – 08/03 | |
| 1ª SEMANA | Risoto Salada repolho | Pão francês c/ presunto e queijo Suco de uva integral | Macarrão ao molho frango Salada alface Banana | Arroz carreteiro Salada de repolho Laranja | Feijão, arroz, farofa (legumes /ovos) Maçã | Energia: 435,79 kcal Proteínas: 15g (14%) Lipídeos: 7g (18%) Carboidratos: 80g (73%) Sódio: 733,60 mg |
| | 12/02 – 11/03 | 13/02 – 12/03 | 14/02 – 13/03 | 15/02 – 14/03 | 16/02 – 15/03 | |
| 2ª SEMANA | Risoto Salada repolho/cenoura | Feijão, arroz, ovo cozido Alface/tomate Maçã | Bolacha caseira Suco de uva integral Banana | Arroz, batata, carne moída. Tomate Laranja | Pão caseiro, manteiga Leite integral Banana | Energia: 450,61kcal Proteínas: 15g (13%) Lipídeos: 11 (21%) Carboidratos: 75g (67%) Sódio: 538,05 mg |
| | 19/02 -18/03 | 20/02 – 19/03 | 21/01 – 20/03 | 22/02 – 21/03 | 23/02 – 22/03 | |
| 3ª SEMANA | Macarrão ao molho frango Salada repolho | Feijão, arroz, isca bovina ao molho Alface | Cuca (doce de leite) Leite integral | Risoto Salada repolho/cenoura Maçã | Pão francês com carne moída Laranja | Energia: 354,78kcal Proteínas: 14g (15%) Lipídeos: 5g (13%) Carboidratos: 63g (72%) Sódio: 589,80 mg |
| | 26/02 – 25/03 | 27/02 – 26/03 | 28/02 – 27/03 | 29/02 – 28/03 | 01/03 – 29/03 | |
| 4ª SEMANA | Polenta ao molho frango Salada alface | Pão integral com nata Leite integral | Feijão, arroz, Isca bovina Tomate/ laranja | Bolacha caseira Suco de uva integral Maçã | Feijão, arroz, Peito de frango ao molho Cenoura/beterraba | Energia: 404,63kcal Proteínas: 17g (18%) Lipídeos: 8g (20%) Carboidratos: 66g (63%) Sódio: 552,07 mg |

O cardápio poderá sofrer alterações devido a sazonalidade dos produtos e disponibilidade do fornecedor.