



MUNICÍPIO DE CÉU AZUL - SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

Cardápio Escolar – ENSINO FUNDAMENTAL/PRÉ ESCOLA

FEVEREIRO/MARÇO

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Média Semanal
	02/03	03/03	04/03	05/02 – 05/03	06/02 – 06/03	
1ª SEMANA	Risoto Salada	Macarrão ao molho frango Fruta	Arroz carreteiro Salada de repolho Fruta	Pão francês c/ presunto e queijo Suco de uva integral	Feijão, arroz, farofa (legumes /carne moída) Fruta	Energia: 435,79 kcal Proteínas: 15g (14%) Lipídeos: 7g (18%) Carboidratos: 80g (73%) Sódio: 733,60 mg
	09/02 – 09/03	10/02 – 10/03	11/02 – 11/03	12/02 – 12/03	13/02 – 13/03	
2ª SEMANA	Bolacha caseira Suco de uva integral Fruta	Feijão, arroz, ovo cozido Salada Fruta	Risoto Salada	Arroz, batata inglesa, carne moída. Salada Fruta	Pão caseiro, nata Leite integral Fruta	Energia: 450,61kcal Proteínas: 15g (13%) Lipídeos: 11g (21%) Carboidratos: 75g (67%) Sódio: 538,05 mg
	16/02 – 16/03	17/02 – 17/03	18/02 – 18/03	19/02 – 19/03	20/02 – 20/03	
3ª SEMANA	Macarrão ao molho frango Salada	Feijão, arroz, isca bovina ao molho Salada	Cuca colonial Leite integral	Risoto Salada Fruta	Pão francês com carne moída Suco de fruta	Energia: 354,78kcal Proteínas: 14g (15%) Lipídeos: 5g (13%) Carboidratos: 63g (72%) Sódio: 589,80 mg
	23/02 – 23/03	24/02 – 24/03	25/02 – 25/03	26/02 – 26/03	27/02 – 27/03	
4ª SEMANA	Polenta ao molho frango Salada	Pão integral com nata Leite integral	Feijão, arroz, Isca bovina Salada	Bolacha caseira Suco de uva integral Fruta	Feijão, arroz, Peito de frango ao molho Salada	Energia: 404,63kcal Proteínas: 17g (18%) Lipídeos: 8g (20%) Carboidratos: 66g (63%) Sódio: 552,07 mg
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04	
5ª SEMANA	Polenta Carne moída frango ao molho Salada	Feijão, arroz, Isca bovina Salada Fruta	Bolacha caseira Leite integral Fruta	Arroz carreteiro Salada repolho Fruta	Feijão, arroz, Peito de frango ao molho Fruta	Energia: 370kcal Proteínas: 18g (19%) Lipídeos: 6g (17%) Carboidratos: 61g (64%) Sódio: 547 mg

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

05/02 – Início do ano letivo