



CARDÁPIO ESCOLAR
Setembro/ 2019



07 DE SETEMBRO
INDEPENDÊNCIA DO BRASIL

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
02/09	03/09 Entrega da merenda	04/09	05/09	609
Leite c/ achocolatado Bolacha caseira	Arroz/Feijão carioca Sobrecoxa assada Beterraba ral.	Massa c/ picadinho Mista de couve-flor e brócolis	Limonada Massinha	Polenta cremosa Frango ensopado c/ batata doce Salada verde (alface, espinafre)
09/09	10/09	11/09	12/09	13/09
Minestra c/ arroz e c/ legumes(batata, cenoura, chuchu, repolho)	Suco de acerola c/ maçã Pão caseiro integral c/ geleia	Arroz Aipim sauté Carne de panela Couve/Cenoura ral	Vitamina de iogurte Bolacha maisena	Arroz/Feijão vermelho Ovos mexidos Farofa Beterraba ralada
16/09	17/09 Entrega da merenda	18/09	19/09	20/09
Salada de frutas Bolacha caseira	Café c/ leite Bolo de laranja	Arroz/Feijão preto c/ pernil Vagem	Macarronada c/ carne moída Espinafre/Repolho	Risoto Quibebe Mista (cenoura ral +beterraba ral)
23/09	24/09	25/09	26/09	27/09
CONSELHO DE CLASSE CLARAÍBA	Batata doce sauté Arroz Picadinho c/ cenoura Alface	Sopa de lentilha c/ croutons Laranja	Suco de uva Pão caseiro de aipim c/ melado/mel	Polenta ao molho frango c/ cenoura Pepino
30/09				
Sopa de legumes c/ carne, c/ aletria e c/ croutons				

Obs.: As saladas e as frutas poderão ser alteradas conforme a época e a produção da horta escolar e da agricultura familiar.

Carolina Sardá Estuqui /Adriana B. Gonçalves Santos
Nutricionista – CRN10 0661/ Nutricionista - CRN10 0357

07/09 – Independência do Brasil/ Desfile cívico

22/09 - Primavera

