

BERÇÁRIO - DEZEMBRO 2021 (LOTE 1 E 3)	2
CRECHE SEMI-INTEGRAL - DEZEMBRO 2021 (LOTE 1 E 3)	5
CRECHE INTEGRAL - DEZEMBRO 2021 (LOTE 1 E 3)	8
PRÉ-ESCOLA - DEZEMBRO 2021 (LOTE 1 E 3)	11
FUNDAMENTAL PARCIAL E EJA - DEZEMBRO 2021 (LOTE 1 E 3)	12
OFICINA DE APRENDIZAGEM - DEZEMBRO 2021 (LOTE 1 E 3)	13
FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO 2021 (LOTE 1 E 3)	14

	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO**	COLAÇÃO	LANCHE DA TARDE***
SEGUNDA				
06/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, arroz e salsa Ovo mexido Pera	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e salsa Melão
TERÇA				
07/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de mandioca com cenoura, tomate, escarola e carne em cubos Maçã	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, tomate frango e salsa Melancia
QUARTA				
08/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e salsa) Banana	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de abóbora com batata, abobrinha, macarrão, carne em cubos e salsa Melão
QUINTA				
09/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de abóbora com batata, abobrinha, tomate, arroz, frango e salsa Mamão	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de mandioquinha com batata, abóbora, abobrinha, carne moída e salsa Maçã
SEXTA				
10/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de fubá com cenoura, abobrinha, tomate, espinafre e carne moída Melão	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, frango e salsa Laranja

Bebês menores de 6 meses: oferecer apenas leite materno (LM) ou fórmula infantil 1 em todas as refeições. Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano.

Não oferecer alimentos com adição de açúcar (achocolatado, bolo etc) até os 2 anos. ¹ A direção deverá solicitar a SAE orientações às mães quanto ao fornecimento de LM.

² Para bebês maiores de 1 ano. Berçário semi integral manhã: café da manhã e almoço/ Berçário semi integral tarde: colação e lanche da tarde.

** A partir dos 6 meses de idade serão oferecidos alimentos complementares (cereal, tubérculo, proteína animal, leguminosa, hortaliça e fruta) que, desde o início, deverão apresentar consistência pastosa (alimentos bem cozidos e amassados ou desfiados) e, gradativamente, aumentar a consistência, respeitando a aceitação e o desenvolvimento da criança. A partir dos 9 meses, conforme o esquema de introdução alimentar, a aceitação e o desenvolvimento da criança, aos alunos do berçário podem ser oferecido o almoço do CI.

*** A partir dos 7 meses será oferecido a papa do lanche da tarde.

CARDÁPIO BERÇÁRIO – DEZEMBRO/ 2021 (LOTE 1 E 3)

 Secretaria da
Educação


	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO**	COLAÇÃO	LANCHE DA TARDE***
SEGUNDA				
13/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, tomate macarrão e salsa Ovo cozido Pera	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de ervilha com batata doce, cenoura, abobrinha, tomate, macarrão e salsa Maçã
TERÇA				
14/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de fubá com cenoura, abobrinha, tomate, espinafre e carne moída Maçã	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de abóbora com batata, abobrinha, macarrão, carne em cubos e salsa Laranja
QUARTA				
15/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e salsa) Banana	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de mandioquinha com batata, abóbora, abobrinha, carne moída e salsa Melancia
QUINTA				
16/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, escarola e frango Melancia	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de inhame com batata, abóbora, abobrinha, carne em cubos e salsa Melão
SEXTA				
17/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, escarola e carne moída Mamão	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, frango e salsa) Laranja

Bebês menores de 6 meses: oferecer apenas leite materno (LM) ou fórmula infantil 1 em todas as refeições. Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano.

Não oferecer alimentos com adição de açúcar (achocolatado, bolo etc) até os 2 anos. ¹ A direção deverá solicitar a SAE orientações às mães quanto ao fornecimento de LM.

² Para bebês maiores de 1 ano. Berçário semi integral manhã: café da manhã e almoço/ Berçário semi integral tarde: colação e lanche da tarde.

** A partir dos 6 meses de idade serão oferecidos alimentos complementares (cereal, tubérculo, proteína animal, leguminosa, hortaliça e fruta) que, desde o início, deverão apresentar consistência pastosa (alimentos bem cozidos e amassados ou desfiados) e, gradativamente, aumentar a consistência, respeitando a aceitação e o desenvolvimento da criança. A partir dos 9 meses, conforme o esquema de introdução alimentar, a aceitação e o desenvolvimento da criança, aos alunos do berçário podem ser oferecido o almoço do CI.

*** A partir dos 7 meses será oferecido a papa do lanche da tarde.

CARDÁPIO BERÇÁRIO – DEZEMBRO/ 2021 (LOTE 1 E 3)

Secretaria da
Educação



	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO**	COLAÇÃO	LANCHE DA TARDE***
SEGUNDA				
20/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e salsa Ovo cozido Maçã	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de ervilha com batata doce, tomate, cenoura, abobrinha, macarrão e salsa Laranja
TERÇA				
21/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, escarola e carne moída Mamão	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de batata com cenoura, tomate, abobrinha, macarrão, frango e salsa Maçã
QUARTA				
22/dez	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de inhame com batata, cenoura, abobrinha, couve e carne em cubos Pera	Fórmula Infantil, Leite Materno ¹ ou Leite integral ²	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, carne em cubos e salsa Laranja
QUINTA	Boas Festas!			
23/dez				
SEXTA	Boas Férias!			
24/dez				

Bebês menores de 6 meses: oferecer apenas leite materno (LM) ou fórmula infantil 1 em todas as refeições. Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano.

Não oferecer alimentos com adição de açúcar (achocolatado, bolo etc) até os 2 anos. ¹ A direção deverá solicitar a SAE orientações às mães quanto ao fornecimento de LM.

² Para bebês maiores de 1 ano. Berçário semi integral manhã: café da manhã e almoço/ Berçário semi integral tarde: colação e lanche da tarde.

** A partir dos 6 meses de idade serão oferecidos alimentos complementares (cereal, tubérculo, proteína animal, leguminosa, hortaliça e fruta) que, desde o início, deverão apresentar consistência pastosa (alimentos bem cozidos e amassados ou desfiados) e, gradativamente, aumentar a consistência, respeitando a aceitação e o desenvolvimento da criança. A partir dos 9 meses, conforme o esquema de introdução alimentar, a aceitação e o desenvolvimento da criança, aos alunos do berçário podem ser oferecido o almoço do CI.

*** A partir dos 7 meses será oferecido a papa do lanche da tarde.

CARDÁPIO CEI SEMI INTEGRAL – DEZEMBRO/ 2021 (LOTE 1 E 3)

 Secretaria da
Educação


Semi integral manhã: café da manhã e almoço/ Semi integral tarde: colação e lanche da tarde.

	CAFÉ DA MANHÃ (SEMI MANHÃ)		ALMOÇO (SEMI MANHÃ/ TARDE)	LANCHE DA TARDE (SEMI TARDE)	
	CI	CII e CIII	CI, CII e CIII	CI	CII e CIII
SEGUNDA					
06/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Croquete de atum Abobrinha refogada Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Pão Melão	Torta de muçarela com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e orégano Suco de laranja Melão
TERÇA					
07/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho Maçã	Leite integral Pão Mamão	Pão com margarina Leite com achocolatado Mamão
QUARTA					
08/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz com frango (coxa e sobrecoxa desossada) - Feijão Beterraba cozida Salada de alface Banana	Leite integral Pão Melão	Pão com requeijão Leite com achocolatado Melão
QUINTA					
09/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Frango com abóbora Salada de pepino com tomate Mamão	Leite integral Pão Banana	Pão com carne moída ao molho Suco de abacaxi Banana
SEXTA					
10/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne moída com vagem Polenta cremosa Salada de acelga Melão	Leite integral Pão Maçã	Bolo formigueiro Leite com achocolatado

Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser também repicadas). O feijão deverá estar bem cozido e com caldo grosso.

As frutas deverão ser oferecidas maduras (podendo ser alteradas conforme o estado de maturação). Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças até 1 ano de idade.

Menores de 1 ano devem receber fórmula infantil nas refeições lácteas. Até os 2 anos de idade não deverá ser oferecido alimento com adição de açúcar (achocolatado, bolo, doces etc.).




Após os 2 anos, o açúcar deverá ser limitado.

CARDÁPIO CEI SEMI INTEGRAL – DEZEMBRO/ 2021 (LOTE 1 E 3)

Secretaria da
Educação



Semi integral manhã: café da manhã e almoço/ Semi integral tarde: colação e lanche da tarde.

	CAFÉ DA MANHÃ (SEMI MANHÃ)		ALMOÇO (SEMI MANHÃ/ TARDE)	LANCHE DA TARDE (SEMI TARDE)	
	CI	CII e CIII	CI, CII e CIII	CI	CII e CIII
SEGUNDA					
13/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e salsa Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Pão Maçã	Flocos de milho Leite Maçã
TERÇA					
14/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne moída com chuchu e tomate Macarrão parafuso ao sugo Salada de repolho Maçã	Leite integral Pão Melão	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de laranja Melão
QUARTA					
15/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Frango assado (coxa e sobrecoxa desossada) Farofa (farinha de milho, tomate, cenoura e salsa) Salada de escarola Banana 	Leite integral Pão Mamão	Pão com margarina Leite com achocolatado Mamão
QUINTA					
16/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Estrogonofe de frango Batata salteada Salada de alface Melancia 	Leite integral Pão Maçã	Pão com requeijão Leite com achocolatado Maçã
SEXTA					
17/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioquinha Salada de repolho com tomate Mamão	Leite integral Pão Banana	Bolo de chocolate com calda de chocolate Leite com achocolatado 

Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser também repicadas). O feijão deverá estar bem cozido e com caldo grosso.

As frutas deverão ser oferecidas maduras (podendo ser alteradas conforme o estado de maturação). Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças até 1 ano de idade.

Menores de 1 ano devem receber fórmula infantil nas refeições lácteas. Até os 2 anos de idade não deverá ser oferecido alimento com adição de açúcar (achocolatado, bolo, doces etc.).

Após os 2 anos, o açúcar deverá ser limitado.

CARDÁPIO CEI SEMI INTEGRAL – DEZEMBRO/ 2021 (LOTE 1 E 3)

Secretaria da
Educação



Semi integral manhã: café da manhã e almoço/ Semi integral tarde: colação e lanche da tarde.

	CAFÉ DA MANHÃ (SEMI MANHÃ)		ALMOÇO (SEMI MANHÃ/ TARDE)	LANCHE DA TARDE (SEMI TARDE)	
	CI	CII e CIII	CI, CII e CIII	CI	CII e CIII
SEGUNDA					
20/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, tomate e salsa Salada de repolho Maçã	Leite integral Pão Melão	Pão com requeijão Leite com achocolatado Melão
TERÇA					
21/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne moída com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de escarola Mamão	Leite integral Pão Maçã	Pão com frango desfiado ao molho Suco de maracujá Maçã
QUARTA					
22/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz com frango (coxa e sobrecoxa desossado) com cenoura ralada - Feijão Abobrinha refogada Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Pão Mamão	Bolo de fubá Leite com achocolatado
QUINTA	Boas Festas!				
23/dez					
SEXTA	Boas Férias!				
24/dez					

Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser também repicadas). O feijão deverá estar bem cozido e com caldo grosso.

As frutas deverão ser oferecidas maduras (podendo ser alteradas conforme o estado de maturação). Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças até 1 ano de idade.




Menores de 1 ano devem receber fórmula infantil nas refeições lácteas. Até os 2 anos de idade não deverá ser oferecido alimento com adição de açúcar (achocolatado, bolo, doces etc.).

Após os 2 anos, o açúcar deverá ser limitado.

	CAFÉ DA MANHÃ		ALMOÇO	COLAÇÃO DA TARDE		LANCHE DA TARDE	
	Creche I	Creche II e III	Creche I, II e III	Creche I	Creche II e III	Creche I	Creche II e III
SEGUNDA							
06/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Croquete de atum Abobrinha refogada Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Maçã	Leite com achocolatado Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e salsa Melão	Torta de muçarela com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e orégano Suco de laranja Melão
TERÇA							
07/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho Maçã	Leite integral Mamão	Leite com achocolatado Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, tomate frango e salsa Melancia	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, tomate frango e salsa Melancia
QUARTA							
08/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz com frango (coxa e sobrecoxa desossada) - Feijão Beterraba cozida Salada de alface Banana	Leite integral Maçã	Leite com achocolatado Maçã	Papa de abóbora com batata, abobrinha, macarrão, carne em cubos e salsa Melão	Papa de abóbora com batata, abobrinha, macarrão, carne em cubos e salsa Melão
QUINTA							
09/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Frango com abóbora Salada de pepino com tomate Mamão	Leite integral Banana	Leite com achocolatado Banana	Papa de mandioquinha com batata, abóbora, abobrinha, carne moída e salsa Maçã	Pão com carne moída ao molho Suco de abacaxi Maçã
SEXTA							
10/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne moída com vagem Polenta cremosa Salada de acelga Melão	Leite integral Maçã	Suco de laranja Maçã	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, frango e salsa Laranja	Bolo formigueiro Leite com achocolatado

Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser também repicadas). O feijão deverá estar bem cozido e com caldo grosso. As frutas deverão ser oferecidas maduras (podendo ser alteradas conforme o estado de maturação). Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças até 1 ano de idade. Menores de 1 ano devem receber fórmula infantil nas refeições lácteas.

Até os 2 anos de idade não deverá ser oferecido alimento com adição de açúcar (achocolatado, bolo, doces etc.). Após os 2 anos, o açúcar deverá ser limitado.

	CAFÉ DA MANHÃ		ALMOÇO	COLAÇÃO DA TARDE		LANCHE DA TARDE	
	Creche I	Creche II e III	Creche I, II e III	Creche I	Creche II e III	Creche I	Creche II e III
SEGUNDA							
13/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e salsa Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Mamão	Suco de melancia Mamão	Papa de ervilha com batata doce, cenoura, abobrinha, tomate, macarrão e salsa Maçã	Flocos de milho Leite Maçã
TERÇA							
14/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne moída com chuchu e tomate Macarrão parafuso ao sugo Salada de repolho Maçã	Leite integral Melão	Leite com achocolatado Melão	Papa de abóbora com batata, abobrinha, macarrão, carne em cubos e salsa Abacaxi	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de laranja Abacaxi
QUARTA							
15/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Frango assado (coxa e sobrecoxa desossada) Farofa (farinha de milho, tomate, cenoura e salsa) Salada de escarola Banana 	Leite integral Mamão	Leite com achocolatado Mamão	Papa de mandioquinha com batata, abóbora, abobrinha, carne moída e salsa Melancia	Papa de mandioquinha com batata, abóbora, abobrinha, carne moída e salsa Melancia
QUINTA							
16/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz - Feijão Estrogonofe de frango Batata salteada Salada de alface Melancia 	Leite integral Maçã	Leite com achocolatado Maçã	Papa de inhame com batata, abóbora, abobrinha, carne em cubos e salsa Melão	Papa de inhame com batata, abóbora, abobrinha, carne em cubos e salsa Melão
SEXTA							
17/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioquinha Salada de repolho com tomate Mamão	Leite integral Banana	Suco de laranja Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, frango e salsa) Laranja	Bolo de chocolate com calda de chocolate Leite com achocolatado 



Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser também repicadas). O feijão deverá estar bem cozido e com caldo grosso. As frutas deverão ser oferecidas maduras (podendo ser alteradas conforme o estado de maturação). Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças até 1 ano de idade. Menores de 1 ano devem receber fórmula infantil nas refeições lácteas.

Até os 2 anos de idade não deverá ser oferecido alimento com adição de açúcar (achocolatado, bolo, doces etc.). Após os 2 anos, o açúcar deverá ser limitado.

	CAFÉ DA MANHÃ		ALMOÇO	COLAÇÃO DA TARDE		LANCHE DA TARDE	
	Creche I	Creche II e III	Creche I, II e III	Creche I	Creche II e III	Creche I	Creche II e III
SEGUNDA							
20/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, tomate e salsa Salada de repolho Maçã	Leite integral Melão	Leite com achocolatado Melão	Papa de ervilha com batata doce, tomate, cenoura, abobrinha, macarrão e salsa Abacaxi	Papa de ervilha com batata doce, tomate, cenoura, abobrinha, macarrão e salsa Abacaxi
TERÇA							
21/dez	Leite integral Pão	Leite com achocolatado Pão com margarina	Arroz - Feijão Carne moída com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de escarola Mamão	Leite integral Banana	Leite com achocolatado Banana	Papa de batata com cenoura, tomate, abobrinha, macarrão, frango e salsa Maçã	Pão com frango desfiado ao molho Suco de maracujá Maçã
QUARTA							
22/dez	Leite integral Pão	Leite com café Pão com margarina	Arroz com frango (coxa e sobrecoxa desossado) com cenoura ralada - Feijão Abobrinha refogada Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Mamão	Suco de laranja Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, tomate carne em cubos e salsa Laranja	Bolo de fubá Leite com achocolatado
QUINTA	Boas Festas!						
23/dez							
SEXTA	Boas Férias!						
24/dez							

Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser também repicadas). O feijão deverá estar bem cozido e com caldo grosso. As frutas deverão ser oferecidas maduras (podendo ser alteradas conforme o estado de maturação). Não adicionar sal e leite no preparo dos alimentos para as crianças até 1 ano de idade. Menores de 1 ano devem receber fórmula infantil nas refeições lácteas.

Até os 2 anos de idade não deverá ser oferecido alimento com adição de açúcar (achocolatado, bolo, doces etc.). Após os 2 anos, o açúcar deverá ser limitado.

<i>SEGUNDA-FEIRA</i>	<i>TERÇA-FEIRA</i>	<i>QUARTA-FEIRA</i>	<i>QUINTA-FEIRA</i>	<i>SEXTA-FEIRA</i>
<i>06/dez</i>	<i>07/dez</i>	<i>08/dez</i>	<i>09/dez</i>	<i>10/dez</i>
Torta de muçarela com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e orégano Suco polpa de acerola Melão	Pão com margarina Leite com achocolatado	Arroz com frango (coxa e sobrecoxa desossada) Salada de alface	Pão com carne moída ao molho Suco de abacaxi Banana	Bolo formigueiro Leite com achocolatado
<i>SEGUNDA-FEIRA</i>	<i>TERÇA-FEIRA</i>	<i>QUARTA-FEIRA</i>	<i>QUINTA-FEIRA</i>	<i>SEXTA-FEIRA</i>
<i>13/dez</i>	<i>14/dez</i>	<i>15/dez</i>	<i>16/dez</i>	<i>17/dez</i>
Flocos de milho Leite Maçã	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco polpa de goiaba	Arroz – feijão Frango assado (coxa e sobrecoxa desossada) Farofa (farinha de milho, tomate, cenoura e salsa) 	Arroz Estrogonofe de frango Batata salteada Salada de alface Melancia 	Bolo de chocolate com calda de chocolate Leite com achocolatado
<i>SEGUNDA-FEIRA</i>	<i>TERÇA-FEIRA</i>	<i>QUARTA-FEIRA</i>	<i>QUINTA-FEIRA</i>	<i>SEXTA-FEIRA</i>
<i>20/dez</i>	<i>21/dez</i>	<i>22/dez</i>	<i>23/dez</i>	<i>24/dez</i>
Arroz Ovos mexidos com cenoura ralada, tomate e salsa Salada de acelga	Macarrão parafuso ao molho com carne moída e abobrinha ralada Abacaxi	Bolo de fubá Leite com achocolatado	Boas Festas!	Boas Férias!

Kit tempero: alho, cebola, cheiro-verde e limão.

SEGUNDA-FEIRA 6/dez	TERÇA- FEIRA 7/dez	QUARTA-FEIRA 8/dez	QUINTA-FEIRA 9/dez	SEXTA-FEIRA 10/dez
Arroz/ Feijão Ovos mexidos com cenoura,tomate e salsa	Pão hot dog com molho de frango Suco de maracujá	Arroz Carne em cubos legumes (cenoura, batata e vagem) Salada de pepino com tomate	Pão hot dog com margarina Leite com café Banana	Arroz com frango Salada de repolho com tomate Melancia
SEGUNDA-FEIRA 13/dez	TERÇA- FEIRA 14/dez	QUARTA-FEIRA 15/dez	QUINTA-FEIRA 16/dez	SEXTA-FEIRA 17/dez
Pão hot dog com requeijão Leite com achocolatado Melão	Macarrão parafuso ao sugo Carne moída com abobrinha Mamão	Arroz – Feijão Frango (filé de coxa e Sobrecoxa) refogado Farofa (farinha de milho, cenoura, tomate e cheiro verde)	Arroz Fricassê de frango Batata palha Salada de alface	Flocos de milho Leite Maçã
SEGUNDA-FEIRA 20/dez	TERÇA- FEIRA 21/dez	QUARTA-FEIRA 22/dez	QUINTA-FEIRA 23/dez	SEXTA-FEIRA 24/dez
Pão hot dog com patê de atum Suco polpa de manga	Arroz com frango Salada de repolho com tomate	Polenta Carne moída ao molho com vagem Melão	Boas Festas!	Boas Férias!

Kit tempero: alho, cebola, cheiro-verde e limão.

CARDÁPIO OFICINA DE APRENDIZAGEM – DEZEMBRO/ 2021 - LOTES 1 E 3

Secretaria da
Educação



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06/dez	07/dez	08/dez	09/dez	10/dez
Arroz Ovos mexidos com muçarela, abobrinha ralada e cheiro verde Salada de repolho	Arroz Carne moída com chuchu e milho Abacaxi	Arroz Estrogonoff de frango Batata sauté	Arroz Carne em cubos com batata doce	Arroz/Feijão Frango refogado com batata
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
13/dez	14/dez	15/dez	16/dez	17/dez
Arroz Almôndegas ao sugo	Arroz/ Feijão Carne moída refogada com batata e cenoura	Macarrão parafuso ao sugo Frango refogado Melão	Arroz Carne em cubos com abóbora	Arroz com frango Salada de alface
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
20/dez	21/dez	22/dez	23/dez	24/dez
Arroz/ Feijão Omelete de forno com cenoura, tomate, abobrinha e cheiro verde*	Arroz Carne moída refogada com vagem	Arroz Frango refogado com batata	RECESSO ESCOLAR DOCENTE	PONTO FACULTATIVO

Kit tempero: aipo, cebola, cheiro-
verde e limão

* Unidades que não tem forno: Ovos mexidos com abobrinha, tomate e cenoura.

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO/ 2021 - LOTES 1 E 3

Secretaria da
Educação





	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
SEGUNDA			
6/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Melão	Arroz/ Feijão Almôndegas ao sugo Purê de batata (batata flocada) Salada de acelga com cenoura ralada Melancia	Biscoito doce Leite com achocolatado
TERÇA			
7/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Mamão	Arroz/ Feijão Carne moída refogada com batata e cenoura Salada de repolho com tomate Abacaxi	Pão hot dog com molho de frango Suco de maracujá
QUARTA			
8/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Banana	Arroz/ Feijão Frango em cubos ao molho vermelho Macarrão parafuso alho e óleo Salada de alface Melão	Arroz doce Maçã
QUINTA			
9/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Maçã	Arroz/ Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Banana	Pão com margarina Leite com café
SEXTA			
10/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Banana	Risoto de frango (cenoura, abobrinha e tomate)/ Feijão Salada de escarola Maçã	Bolo de fubá Leite com achocolatado

Kit tempero: alho, cebola, cheiro-verde e limão.

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO/ 2021 - LOTES 1 E 3

Secretaria da
Educação



	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
SEGUNDA			
13/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Melão	Arroz/ Feijão Ovos mexidos com muçarela, abobrinha e cheiro verde Salada de acelga Maçã	Pão com requeijão Leite com achocolatado
TERÇA			
14/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Maçã	Arroz/ Feijão Carne moída com chuchu e milho Salada de pepino Melão	Cuscuz de frango (tomate, cenoura ralada e cheiro verde) Suco de maracujá
QUARTA			
15/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Banana	Arroz/ Feijão Fricassê de frango Batata palha Salada de alface Melancia	 Pão hot dog com muçarela Suco polpa de acerola
QUINTA			
16/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Maçã	Arroz/ Feijão Frango (filé de coxa e sobrecoxa) refogado Farofa (farinha de milho, cenoura, tomate e cheiro verde) Abacaxi	 Pão com margarina Leite com achocolatado
SEXTA			
17/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Mamão	Arroz/ Feijão Frango refogado com batata Salada de escarola Melão	Biscoito doce Leite com achocolatado

Kit tempero: alho, cebola, cheiro-verde e limão.

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - DEZEMBRO/ 2021 - LOTES 1 E 3

Secretaria da
Educação



	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE
SEGUNDA			
20/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Maçã	Arroz/ Feijão Ovos mexidos com cenoura, tomate e cheiro verde Salada de pepino Melancia	Pão com patê de atum (com requeijão e cenoura ralada) Suco polpa de manga
TERÇA			
21/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Mamão	Arroz/ Feijão Carne em cubos com mandioquinha Salada de alface Banana	Biscoito salgado Leite com achocolatado
QUARTA			
22/dez	Pão com margarina Leite com achocolatado Banana	Arroz/ Feijão Frango refogado com batata Salada de repolho Maçã	Biscoito doce Vitamina de banana, mamão e maçã
QUINTA	RECESSO ESCOLAR DOCENTE		
23/dez			
SEXTA	PONTO FACULTATIVO		
24/dez			

Kit tempero: alho, cebola, cheiro-verde e limão.