



**Fundamental II e Ensino Médio – 11 a 17 anos**  
**Programa Ensino Integral**

**1ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
2ª feira – 03/10	Bolacha e Banana	Pão Hot dog c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Carne moída à primavera, Salada
3ª feira – 04/10	Maçã e suco de laranja	Pão francês c/ requeijão, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Strogonoff de Frango, Salada
4ª feira – 05/10	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Pão Hot dog c/ queijo, suco de laranja	Arroz, Feijão, Carne de panela com legumes, Salada
5ª feira – 06/10	Banana e suco de laranja	Bolo de cenoura, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Frango cubos c/ legumes, Salada
6ª feira – 07/10	Bolacha, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau e maçã	Pão Hot dog c/ mozzarella e presunto, suco de laranja	Macarrão à bolonhesa, Salada

**2ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
2ª feira – 10/10		RECESSO ESCOLAR	
3ª feira – 11/10		RECESSO ESCOLAR	
4ª feira – 12/10		RECESSO ESCOLAR	
5ª feira – 13/10		RECESSO ESCOLAR	
6ª feira – 14/10		RECESSO ESCOLAR	

**3ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
2ª feira – 17/10	Bolacha e Banana	Pão francês c/ requeijão, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Carne de panela com legumes, Salada
3ª feira – 18/10	Maçã e suco de laranja	Pão Hot dog c/ queijo, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Pernil em cubos acebolado, Salada
4ª feira – 19/10	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Pão Hot dog c/ mozzarella e presunto, suco de laranja	Macarrão com tiras de carne, Salada
5ª feira – 20/10	Banana e suco de laranja	Pão francês c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Bife grelhado acebolado, Salada
6ª feira – 21/10	Bolacha, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau e mexerica	Pão francês c/ carne moída, suco de laranja	Polenta ao molho c/ Frango, Salada

OBS<sup>1</sup>: os cardápios poderão ser alterados no decorrer do mês, sem aviso prévio, em razão das entregas dos fornecedores.

Cardápio elaborado de acordo com o Programa Nacional de Alimentação Escolar, o Guia Alimentar para a População Brasileira e as Resoluções nº 06 e nº 20 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.

Nutricionista Livia Peruchi Monteiro  
CRN3 52604



**Fundamental II e Ensino Médio – 11 a 17 anos**  
**Programa Ensino Integral**

**4ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
2ª feira – 24/10	Bolacha e Maçã	Pão francês c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Frango cubos c/ legumes, Salada
3ª feira – 25/10	Banana e suco de laranja	Pão Hot dog c/ requeijão, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Bife grelhado acebolado, Salada
4ª feira – 26/10	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Pão francês c/ frango desfiado, suco de laranja	Macarrão ao sugo c/ presunto, mozzarella, Salada
5ª feira – 27/10	Maçã e suco de laranja	Bolo de laranja, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, peixe assado c/ batata e tomate
6ª feira – 28/10	Bolacha, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau e banana	Pão Hot dog c/ queijo, suco de laranja	Risoto de Frango, Salada

**5ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
2ª feira – 31/10	Bolacha e Banana	Pão Hot dog c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Carne moída c/ legumes, Salada

**OBS<sup>1</sup>: os cardápios poderão ser alterados no decorrer do mês, sem aviso prévio, em razão das entregas dos fornecedores.**

**Cardápio elaborado de acordo com o Programa Nacional de Alimentação Escolar, o Guia Alimentar para a População Brasileira e as Resoluções nº 06 e nº 20 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.**

Nutricionista Livia Peruchi Monteiro  
CRN3 52604