



# Cardápio Merenda Escolar

## Prefeitura do Município de Saltinho - Outubro/ 2024

### Fundamental I – 6 a 10 anos

1ª Semana	2ª FEIRA	3ª FEIRA – 01/10	4ª FEIRA – 02/10	5ª FEIRA – 03/10	6ª FEIRA – 04/10
<b>Lanche da manhã (9h00 – 9h30) / Lanche da tarde (14h45 – 15h25)</b>		Biscoito, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Banana	Pão Hot Dog c/ Queijo, Suco de Laranja, Melão	Pão Tipo Hamburguer c/ Requeijão, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Maçã	Pão Francês c/ Carne Moída, Suco de Laranja, Abacaxi
<b>Almoço (11h00 – 12h45)</b>		Arroz, Feijão, Bife em Tiras Acebolados, Salada de alface c/ tomate	Arroz, Feijão, Carne Moída à Primavera (cenoura + milho + ervilha), Salada de pepino	Macarrão c/ Presunto e Queijo, Salada de repolho c/ cenoura	Risoto de Frango (Cenoura + Vagem + Milho + Ervilha + ovo), Salada de acelga

2ª Semana	2ª FEIRA – 07/10	3ª FEIRA – 08/10	4ª FEIRA – 09/10	5ª FEIRA – 10/10	6ª FEIRA – 11/10
<b>Lanche da manhã (9h00 – 9h30) / Lanche da tarde (14h45 – 15h25)</b>	Biscoito, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Maçã	Pão Hot Dog c/ Queijo, Suco de Laranja, Banana	Torta de Legumes (cenoura + abobrinha + milho + tomate), Suco de Laranja, Melancia	Pão Hot Dog c/ Requeijão, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Mamão	Bolo de Chocolate, logurte de Morango, Uva,
<b>Almoço (11h00 – 12h45)</b>	Arroz, Feijão, Carne de Panela (batata + cenoura), Salada de repolho	Macarrão à Bolonhesa, Salada de beterraba	Arroz, Feijão, Peixe Assado (batata, tomate e cebola), Salada de alface	Polenta, Carne Moída ao Molho, Salada de couve c/ cenoura	Arroz, Feijoadinha, Vinagrete  <i>Bananinha s/ açúcar</i>

3ª Semana	2ª FEIRA – 14/10	3ª FEIRA – 15/10	4ª FEIRA – 16/10	5ª FEIRA – 17/10	6ª FEIRA – 18/10
<b>Lanche da manhã (9h00 – 9h30) / Lanche da tarde (14h45 – 15h25)</b>	Biscoito, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Maçã	-	Pão Hot Dog c/ Queijo, Suco de Laranja, Banana	Pão Tipo Hambúrguer c/ Requeijão, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Abacaxi	Pão Francês c/ Presunto e Queijo, Suco De Laranja, Melancia
<b>Almoço (11h00 – 12h45)</b>	Arroz, Feijão, Carne moída (chuchu + cenoura), Salada de repolho	<b>Dias dos Professores!</b>	Macarrão c/ Carne em tiras, Salada de acelga c/ tomate	Arroz, Cuscuz de Frango (cenoura + ovo + milho + azeitona), Salada de alface	Arroz, Feijão, Pernil Acebolado (batata doce), Salada de Pepino

OBS¹: Os cardápios poderão ser alterados no decorrer do mês, sem aviso prévio, em razão das entregas dos fornecedores. Os horários de distribuição podem variar de acordo com cada unidade escolar.

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

**Nutricionista Luciana Bressan Rodrigues**

**CRN3 42408**



# Cardápio Merenda Escolar Prefeitura do Município de Saltinho - Outubro/ 2024

## Fundamental I – 6 a 10 anos

4ª Semana	2ª FEIRA – 21/10	3ª FEIRA – 22/10	4ª FEIRA – 23/10	5ª FEIRA – 24/10	6ª FEIRA – 25/10
<b>Lanche da manhã (9h00 – 9h30) / Lanche da tarde (14h45 – 15h25)</b>	Biscoito, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau e Maçã	Pão Hot Dog c/ Queijo, Suco de Laranja e Banana	logurte de Morango, Bolo de coco e Melão	Pão Hot Dog c/ Requeijão, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau e Mamão	Broa de Fubá, Suco de Laranja e Abacaxi
<b>Almoço (11h00 – 12h45)</b>	Arroz, Feijão, Bife em tiras acebolados Salada de repolho e beterraba ralada	Arroz, Feijão, Frango refogado (batata + abobrinha + cenoura) Salada de pepino	Macarrão à Bolonhesa Salada de acelga c/ tomate	Arroz Carreteiro (vagem, cenoura e ovo) Vinagrete	Arroz, Feijão, Almôndega ao molho Salada de repolho

5ª Semana	2ª FEIRA – 28/10	3ª FEIRA – 29/10	4ª FEIRA – 30/10	5ª FEIRA – 31/10	6ª FEIRA
<b>Lanche da manhã (9h00 – 9h30) / Lanche da tarde (14h45 – 15h25)</b>	-	Biscoito, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Maçã	Pão Francês c/ Margarina, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau, Banana	Pão Hot Dog c/ Queijo, Suco de Laranja, Mamão	
<b>Almoço (11h00 – 12h45)</b>	<b>Dia do Funcionário Público</b>	Macarrão à Bolonhesa, Salada de pepino c/ tomate	Arroz, Feijão, Carne em Tiras (mandioquinha + cenoura + tomate), Salada de alface	Arroz, Feijão, Frango Assado, Salada de couve c/ cenoura	

OBS<sup>1</sup>: Os cardápios poderão ser alterados no decorrer do mês, sem aviso prévio, em razão das entregas dos fornecedores. Os horários de distribuição podem variar de acordo com cada unidade escolar.

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

**Nutricionista Luciana Bressan Rodrigues**

**CRN3 42408**