



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

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 – 12/02			
3ª feira – 13/02			
4ª feira – 14/02			
5ª feira – 15/02	Biscoito, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Pão Francês c/ Margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau e Fruta	Arroz, Feijão, Carne de Panela c/ Legumes e Salada
6ª feira – 16/02	Fruta e Suco de Laranja	Pão Hot Dog c/ Requeijão e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Macarrão à bolonhesa e Salada

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 – 19/02	Biscoito e Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Pão Francês c/ Margarina, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Bife Grelhado Acebolado e Salada
3ª feira – 20/02	Fruta e Suco de Laranja	Pão Hot Dog c/ Queijo, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Macarrão à bolonhesa e Salada
4ª feira – 21/02	Biscoito e Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Bolo de Coco, Suco de Laranja e Fruta	Arroz, Feijão, Pernil Acebolado e Salada
5ª feira – 22/02	Biscoito e Fruta	Pão Francês c/ Requeijão, Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Peixe Assado com Batata e Tomate e Salada
6ª feira – 23/02	Biscoito Salgado e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Pão Hot Dog c/ Queijo, Suco de Laranja e Fruta	Risoto de Frango e 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 – 26/02	Biscoito e Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Pão Francês c/ Margarina e Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau e Fruta	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Legumes e Salada
3ª feira – 27/02	Biscoito e Fruta	Pão Hot Dog c/ Queijo e Suco de Laranja	Macarrão c/ carne em tiras ao molho de tomates e Salada
4ª feira – 28/02	Fruta e Suco de Laranja	Pão Francês c/ Requeijão e Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Escondidinho de Carne e Salada
5ª feira – 29/02	Biscoito e Leite c/ Chocolate em pó 50% cacau	Pão Hot Dog c/ Requeijão, Suco de Laranja e Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango e Salada

OBS¹: 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, 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