



Prefeitura Municipal de Itirapina
Secretaria Municipal da Educação

Cardápio Mensal EJA - Novembro 2023

E.M.E.F. PROFª "MARILEI SCHMIDT DE OLIVEIRA"

<i>Horário</i>				Quarta 01/11 Arroz + feijão + Carne cubos com abobrinha. Salada: Repolho	Quinta 02/11 <u>FERIADO</u>	Sexta 03/11 <u>REUNIÃO</u> <u>PEDAGÓGICA</u>
20h40	<i>Merenda</i>					
<i>Horário</i>		Segunda 06/11	Terça 07/11	Quarta 08/11	Quinta 09/11	Sexta 10/11
20h40	<i>Merenda</i>	Arroz + feijão + carne cubos refogada Salada: Cenoura	Arroz + feijão + Omelete de forno ou ovos mexidos com abobrinha, cenoura e tomate Salada: Alface Sobremesa: <u>Maçã</u>	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate Salada: Acelga	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Repolho Sobremesa: <u>banana</u>	Arroz + feijão + Sobrecoca ao molho com batata Salada: Pepino
<i>Horário</i>		Segunda 13/11	Terça 14/11	Quarta 15/11	Quinta 16/11	Sexta 17/11
20h40	<i>Merenda</i>	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate. Salada: Acelga	Arroz + feijão +Suíno acebolado Salada: Cenoura Sobremesa: Melancia	<u>FERIADO</u>	Macarronada, almôndegas ao molho Salada: Repolho Sobremesa: <u>maçã</u>	Arroz + feijão + carne tira com batata. Salada: de pepino
<i>Horário</i>		Segunda 20/11	Terça 21/11	Quarta 22/11	Quinta 23/11	Sexta 24/11
20h40	<i>Merenda</i>	<u>FERIADO</u>	Arroz+ feijão+ carne cubos com tomate Salada: cenoura	Arroz+ feijão+ Frango refogado com cenoura Salada: Alface Sobremesa: <u>Mamão</u>	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Acelga Sobremesa: <u>Banana</u>	Arroz + feijão + Sobrecoca ao molho com batata Salada: Tomate



Prefeitura Municipal de Itirapina

Secretaria Municipal da Educação

Horário		Segunda 27/11	Terça 28/11	Quarta 29/11	Quinta 30/11	
20h40	<i>Merenda</i>	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate Salada: Cenoura	Arroz + feijão + Farofa de linguiça com legumes (milho verde, cenoura, abobrinha) Salada: Couve <u>Sobremesa:</u> banana	Arroz+ feijão+ carne iscas com batata Salada: Tomate	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Acelga <u>Sobremesa:</u> Maçã	

OBS: O Cardápio poderá sofrer alterações somente dentro da semana vigente e em casos excepcionais.

Observações:

- O cardápio deve ficar exposto em local visível.

Samara Agda dos Santos
Nutricionista CRN3 30914