



Prefeitura Municipal de Itirapina
Secretaria Municipal da Educação

Cardápio Mensal Ensino Pré-escola / Fundamental Integral - Novembro 2023

CEI PROF^a "HILDA BARROS"

<i>Horário</i>				Quarta 01/11	Quinta 02/11	Sexta 03/11
06h30	<i>Café da Manhã</i>			Leite + pão francês com manteiga		
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>			Maçã		
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>			Arroz + feijão + Carne cubos com abobrinha. Salada: Repolho	<u>FERIADO</u>	<u>REUNIÃO PEDAGÓGICA</u>
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>			Torta de sardinha + Suco de abacaxi		
<i>Horário</i>		Segunda 06/11	Terça 07/11	Quarta 08/11	Quinta 09/11	Sexta 10/11
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Maçã	Mamão	Laranja	Banana	Melancia
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + carne cubos refogada Salada: Cenoura	Arroz + feijão + Omelete de forno ou ovos mexidos com abobrinha, cenoura e tomate Salada: Alface	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate Salada: Acelga	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Repolho	Arroz + feijão + Sobrecoxa ao molho com batata Salada: Pepino
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>	Vitamina de banana + biscoito maisena	Salada de frutas	Arroz doce	Torta de frango com legumes + Suco de laranja	Suco de abacaxi + pão francês com manteiga



Prefeitura Municipal de Itirapina

Secretaria Municipal da Educação

<i>Horário</i>		Segunda 13/11	Terça 14/11	Quarta 15/11	Quinta 16/11	Sexta 17/11
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga		Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Maçã	Mamão		Abacaxi	Melancia
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate. Salada: Acelga	Arroz + feijão + Suíno acebolado Salada: Cenoura	<u>FERIADO</u>	Macarronada, almôndegas ao molho Salada: Repolho	Arroz + feijão + carne tira com batata. Salada: de pepino
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>	Lanche (pão francês + carne moída ao molho) + Suco de maracujá	Canjica		Bolo de chocolate caseiro (cacau) + laranja	Salada de frutas
<i>Horário</i>		Segunda 20/11	Terça 21/11	Quarta 22/11	Quinta 23/11	Sexta 24/11
06h30	<i>Café da Manhã</i>		Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>		Maçã	Mamão	Banana	Melancia
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	<u>FERIADO</u>	Arroz+ feijão+ carne cubos com tomate Salada: cenoura	Arroz+ feijão+ Frango refogado com cenoura Salada: Alface	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Acelga	Arroz + feijão + Sobrecoxa ao molho com batata Salada: Tomate
13h0 – 14h30	<i>Lanche da tarde</i>		Arroz doce	Salada de frutas	Lanche (pão francês + pernil moído ao molho) + Suco de abacaxi	Vitamina de banana + biscoito maisena



Prefeitura Municipal de Itirapina

Secretaria Municipal da Educação

Horário		Segunda 27/11	Terça 28/11	Quarta 29/11	Quinta 30/11	
06h30	<i>Café da Manhã</i>	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	Leite + pão francês com manteiga	
8h50 – 10h05	<i>Colação</i>	Maçã	Banana	Mamão	Melancia	
11h00 – 13h00	<i>Almoço</i>	Arroz + feijão + Frango refogado com tomate Salada: Cenoura	Arroz + feijão + Farofa de linguiça com legumes (milho verde, cenoura, abobrinha) Salada: Couve	Arroz+ feijão+ carne iscas com batata Salada: Tomate	Macarronada ao molho com carne moída Salada: Acelga	
14h00 – 15h05	<i>Lanche da tarde</i>	Canjica	Suco de abacaxi + pão francês com manteiga	Salada de frutas	Torta de frango com legumes + Suco de laranja	

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