

1ª Semana					1/Nov (Sex)	Observação
09:00 - Lanche da Manhã (Fundamental)					Feijão cozido SALADA DE TOMATE COM ORÉGANO Arroz parboilizado cozido FRANGO ASSADO COM BATATA	
2ª Semana	4/Nov (Seg)	5/Nov (Ter)	6/Nov (Qua)	7/Nov (Qui)	8/Nov (Sex)	Observação
09:00 - Lanche da Manhã (Fundamental)	MAÇA CAFÉ COM LEITE Pão com ovo mexido	SOPA DE HORTALIÇAS	BANANA Macarronada COM MOIDA Alface Salada	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE, LEGUMES	Polenta com frango SALADA DE REPOLHO COZIDO MAÇA	
3ª Semana	11/Nov (Seg)	12/Nov (Ter)	13/Nov (Qua)	14/Nov (Qui)	15/Nov (Sex)	Observação
09:00 - Lanche da Manhã (Fundamental)	BANANA CHÁ BISCOITO CREAM CRACKER	QUIRERA COM PALETA SUÍNA Feijão cozido MAMÃO	Feijão cozido Alface Salada ARROZ COM VACA ATOLADA	Polenta com frango SALADA DE TOMATE COM CEBOLA		
4ª Semana	18/Nov (Seg)	19/Nov (Ter)	20/Nov (Qua)	21/Nov (Qui)	22/Nov (Sex)	Observação
09:00 - Lanche da Manhã (Fundamental)	Ovos Mexidos salada de repolho ralado com tempero verde Arroz parboilizado cozido VIRADO DE FEIJÃO	sopa 2 (abobrinha, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	Feijão cozido QUIBE ASSADO Alface Salada MAÇA Arroz parboilizado cozido	BISCOITO CASEIRO (AF) BANANA CHÁ	risoto de frango Salada de Beterraba cozida	
5ª Semana	25/Nov (Seg)	26/Nov (Ter)	27/Nov (Qua)	28/Nov (Qui)	29/Nov (Sex)	Observação



Município de Rebouças

Cardápio : CARDÁPIO FUNDAMENTAL - NOVEMBRO 2024

5ª Semana	25/Nov (Seg)	26/Nov (Ter)	27/Nov (Qua)	28/Nov (Qui)	29/Nov (Sex)	Observação
09:00 - Lanche da Manhã (Fundamental)	sopa 2 (abobora, chuchu, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	MANGA bolo de cenoura caseiro CHÁ	Laranja Polenta com frango salada de repolho ralado com tempero verde	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE, LEGUMES	risoto de frango Alface Salada BANANA	

Total de Macros e Micros Nutrientes - Média Semanal

Calorias kcal	Carboidratos g	Proteínas g	Lípidios g	
599.25	105.77 78 %	18.26 13 %	11.11 8 %	

Nutricionista(s)

Idiobara Juliane Brandt			