



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
DEPARTAMENTO DA ALIMENTAÇÃO  
ESCOLAR  
ESCOLAS MUNICIPAIS  
NOVEMBRO/2022  
19 DIAS LETIVOS



<b>Data</b>	<b>Cardápio</b>	<b>Alimento</b>	<b>Per capita</b>
01/11	Vinagrete Baião de três	Tomate Arroz Feijão Carne em isca Cebola Sal Alho Óleo Cheiro verde	20g 40g 10g 30g 10g 1g 1g 5ml 2 g
03/11	Pão francês com carne moída e batata inglesa	Pão francês Carne moída Batata inglesa Extrato de tomate Alho Sal Óleo Cebola	50g 35g 20 g 10g 1g 1g 5ml 3g
04/11	Arroz branco Farofa de banana, cenoura e frango	Arroz Farinha de mandioca Banana da terra Cenoura Frango desfiado Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	30g 20g 30g 30g 30g 1g 1g 5ml 3g 2g
07/11	Pão mandi com margarina Suco de goiaba	Pão mandi Margarina Suco	1 un./aluno 10g 170 mL

		<b>Açúcar</b>	<b>10g</b>
<b>08/11</b>	<b>Macarrão à bolonhesa com cenoura</b>	<b>Macarrão parafuso Carne moída Cenoura Extrato de tomate Cebola Sal Alho Óleo</b>	<b>40g 30g 10g 10g 3g 1g 1g 5ml</b>
<b>09/11</b>	<b>Bolo de fubá Leite caramelizado</b>	<b>Bolo de fubá Leite Açúcar</b>	<b>1 un./aluno 150 mL 10g</b>
<b>10/11</b>	<b>Caldo de feijão Maçã</b>	<b>Feijão Carne moída Linguiça calabresa Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde Maçã</b>	<b>40g 30g 30g 3g 1g 1g 5ml 1g 2g 1un./aluno</b>
<b>11/11</b>	<b>Salada de repolho, abacaxi, tomate Arroz com pernil suíno</b>	<b>Arroz Pernil suíno Repolho Tomate Abacaxi Alho Sal Óleo Cebola</b>	<b>50g 30g 20g 20g 15g 1g 1g 5ml 3g</b>
<b>16/11</b>	<b>Biscoito de queijo Suco de maracujá</b>	<b>Biscoito de queijo Suco Açúcar</b>	<b>2 un./aluno 150 mL 10g</b>

17/11	Caldo Violinha Banana prata	Feijão Carne moída Macarrão Padre Nosso Abóbora Cabotiá Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde Banana prata	15g 30g 20g  10g 1g 1g 5ml 3g 2g 1 un./aluno
18/11	Salada de alface, tomate e manga Galinhada com cenoura	Arroz Coxa e sobrecoxa Alface Tomate Manga Cenoura Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde	50g 70g 10g 20g 15g 20g 3g 1g 1g 5ml 1g 2 g
21/11	Mingau de maisena Maçã	Leite Maisena Açúcar Coco ralado Maçã	200 mL 5g 10g 5g 1 un./aluno
22/11	Salada de repolho e tomate Arroz branco Estrogonofe de frango	Arroz Peito de frango Creme de leite Leite Amido de milho Repolho Tomate Alho Sal Óleo Cebola	50g 40g 10g 40 mL - 10g 20g 1g 1g 5ml 3g

23/11	<b>Feijão tropeiro</b>	<b>Feijão</b> <b>Linguiça calabresa</b> <b>Farinha de mandioca</b> <b>Bacon</b> <b>Banana da terra</b> <b>Couve</b> <b>Alho</b> <b>Sal</b> <b>Óleo</b> <b>Cebola</b> <b>Cheiro verde</b>	20g 20g 20g 20g 20g 5g 1g 1g 5ml 3g 2g
24/11	<b>Macarrão à bolonhesa com cenoura</b>	<b>Macarrão parafuso</b> <b>Carne moída</b> <b>Cenoura</b> <b>Extrato de tomate</b> <b>Cebola</b> <b>Sal</b> <b>Alho</b> <b>Óleo</b>	40g 30g 10g 10g 3g 1g 1g 5ml
25/11	<b>Formação de Currículo</b>	-	-
28/11	<b>Pão francês com margarina Suco de goiaba</b>	<b>Pão francês</b> <b>Margarina</b> <b>Suco</b> <b>Açúcar</b>	1 un./aluno 10g 170 mL 10g
29/11	<b>Sopa caseira</b>	<b>Macarrão Padre Nosso</b> <b>Carne moída</b> <b>Batata inglesa</b> <b>Abóbora Cabotiá</b> <b>Chuchu</b> <b>Extrato de tomate</b> <b>Alho</b> <b>Sal</b> <b>Óleo</b> <b>Cebola</b>	20g 30g 20g 20g 20g 10g 1g 1g 5ml 3g

		<b>Colorau</b>	<b>1g</b>
<b>30/11</b>	<b>Salada de couve, tomate e abacaxi Galinhada com milho verde</b>	<b>Arroz Coxa e sobrecoxa Couve Tomate Abacaxi Milho verde Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde</b>	<b>50g 70g 10g 20g 15g 20g 3g 1g 1g 5ml 1g 2 g</b>

*OBS: Senhoras merendeiras e auxiliares o uso da gramagem é obrigatório.*

***Bom Trabalho!!***

*ATENCIOSAMENTE,*

**Flávia Dias da Silva Soares**  
NUTRICIONISTA  
CRN/1 18065/P

**Naiara Monique L. Silva**  
NUTRICIONISTA  
CRN/1 - 11653