



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
DEPARTAMENTO DA ALIMENTAÇÃO  
ESCOLAR  
ESCOLAS MUNICIPAIS  
SETEMBRO/2022  
21 DIAS LETIVOS



<b>Data</b>	<b>Cardápio</b>	<b>Alimento</b>	<b>Per Capita</b>
01/09	Vinagrete Galinhada com milho verde	Arroz Coxa e sobrecoxa Tomate Milho verde Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde	50g 70g 20g 10g 3g 1g 1g 5ml 1g 2 g
02/09	Macarrão à bolonhesa com tomate e cenoura	Macarrão parafuso Carne moída Tomate Cenoura Extrato de tomate Cebola Sal Alho Óleo	40g 40g 20g 20g 10g 3g 1g 1g 5ml
05/09	Pão mandi com margarina Suco de caju Melancia	Pão mandi Margarina Suco Açúcar Melancia	1 un./aluno 10g 170 mL 10g 200g/aluno
06/09	Salada de repolho, abacaxi, tomate Arroz com lombo suíno	Arroz Lombo suíno Repolho Tomate Abacaxi Alho Sal Óleo	50g 40g 20g 20g 20g 1g 1g 5ml

		<b>Cebola</b> <b>Cheiro verde</b>	<b>3g</b> <b>2g</b>
<b>08/09</b>	<b>Farofa de banana, cenoura e frango</b>	<b>Farinha de milho</b> <b>Farinha de mandioca</b> <b>Banana da terra</b> <b>Cenoura</b> <b>Frango desfiado</b> <b>Alho</b> <b>Sal</b> <b>Óleo</b> <b>Cebola</b> <b>Cheiro verde</b>	<b>15g</b> <b>10g</b> <b>30g</b> <b>30g</b> <b>30g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b> <b>3g</b> <b>2g</b>
<b>09/09</b>	<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> <b>Colorau</b>	<b>20g</b> <b>30g</b> <b>20g</b> <b>20g</b> <b>20g</b> <b>10g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b> <b>3g</b> <b>1g</b>
<b>12/09</b>	<b>Bolacha de sal</b> <b>Suco de goiaba</b> <b>Laranja</b>	<b>Bolacha</b> <b>Suco</b> <b>Açúcar</b> <b>Laranja</b>	<b>6 unidades</b> <b>170 mL</b> <b>10g</b> <b>1un. aluno</b>
<b>13/09</b>	<b>Arroz branco</b> <b>Carne rica (carne moída, vagem, batata e cenoura)</b>	<b>Arroz</b> <b>Carne moída</b> <b>Vagem</b> <b>Batata inglesa</b> <b>Cenoura</b> <b>Alho</b> <b>Sal</b>	<b>50g</b> <b>40g</b> <b>20g</b> <b>20g</b> <b>20g</b> <b>1g</b> <b>1g</b>

		<b>Óleo</b> <b>Cebola</b> <b>Cheiro verde</b>	<b>5ml</b> <b>3g</b> <b>2g</b>
<b>14/09</b>	<b>Macarrão cremoso com frango e milho verde</b>	<b>Macarrão parafuso</b> <b>Frango</b> <b>Tomate</b> <b>Milho verde</b> <b>Creme de leite</b> <b>Extrato de tomate</b> <b>Cebola</b> <b>Sal</b> <b>Alho</b> <b>Óleo</b>	<b>40g</b> <b>40g</b> <b>20g</b> <b>20g</b> <b>10g</b> <b>10g</b> <b>3g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b>
<b>15/09</b>	<b>Quibebe de mandioca com carne em isca</b>	<b>Mandioca</b> <b>Carne em isca</b> <b>Cebola</b> <b>Sal</b> <b>Alho</b> <b>Óleo</b> <b>Açafrão</b>	<b>70g</b> <b>40g</b> <b>3g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b> <b>1g</b>
<b>16/09</b>	<b>Farofa de trigo Banana prata</b>	<b>Farinha para quibe</b> <b>Carne moída</b> <b>Ovo</b> <b>Cenoura</b> <b>Cebola</b> <b>Sal</b> <b>Alho</b> <b>Óleo</b>	<b>20 g</b> <b>30 g</b> <b>10 g</b> <b>20 g</b> <b>3g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b>
<b>19/09</b>	<b>Rosca amanteigada Suco de caju Melancia</b>	<b>Rosca</b> <b>Suco</b> <b>Açúcar</b> <b>Melancia</b>	<b>1 un./aluno</b> <b>170 mL</b> <b>10g</b> <b>200g/aluno</b>
<b>20/09</b>	<b>Torta de carne moída</b>	<b>Farinha de trigo</b> <b>Leite</b> <b>Óleo vegetal</b> <b>Ovo de galinha</b> <b>Carne moída</b>	<b>20 g</b> <b>10 mL</b> <b>5 mL</b> <b>5 g</b> <b>30 g</b>

		<b>Extrato de tomate</b> <b>Cenoura</b> <b>Batata</b> <b>Tomate</b> <b>Fermento em pó</b> <b>Sal</b> <b>Creme de leite</b>	<b>10 g</b> <b>10 g</b> <b>10 g</b> <b>5 g</b> <b>1 g</b> <b>-</b> <b>-</b>
<b>21/09</b>	<b>Salada de couve e tomate</b> <b>Arroz violeiro</b>	<b>Arroz</b> <b>Linguiça de frango</b> <b>Milho verde</b> <b>Couve</b> <b>Tomate</b> <b>Alho</b> <b>Sal</b> <b>Óleo</b> <b>Cebola</b> <b>Cheiro verde</b>	<b>50g</b> <b>40g</b> <b>20g</b> <b>10g</b> <b>20g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b> <b>3g</b> <b>2g</b>
<b>22/09</b>	<b>Caldo Violinha</b>	<b>Feijão</b> <b>Carne moída</b> <b>Macarrão Padre</b> <b>Nosso</b> <b>Abóbora Cabotiá</b> <b>Alho</b> <b>Sal</b> <b>Óleo</b> <b>Cebola</b> <b>Cheiro verde</b>	<b>15g</b> <b>30g</b> <b>20g</b>  <b>10g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b> <b>3g</b> <b>2g</b>
<b>23/09</b>	<b>Salada de alface e tomate</b> <b>Arroz branco</b> <b>Estrogonofe de frango</b>	<b>Arroz</b> <b>Peito de frango</b> <b>Creme de leite</b> <b>Leite</b> <b>Amido de milho</b> <b>Alface</b> <b>Tomate</b> <b>Alho</b> <b>Sal</b> <b>Óleo</b> <b>Cebola</b>	<b>50g</b> <b>40g</b> <b>10g</b> <b>40 mL</b> <b>-</b> <b>10g</b> <b>20g</b> <b>1g</b> <b>1g</b> <b>5ml</b> <b>3g</b>

<b>26/09</b>	<b>Bolacha de doce Leite com cacau</b>	<b>Bolacha Leite Açúcar Cacau em pó</b>	<b>6 unidades 160 mL 10g 5g</b>
<b>27/09</b>	<b>Macarrão à bolonhesa com tomate</b>	<b>Macarrão parafuso Carne moída Tomate Extrato de tomate Cebola Sal Alho Óleo</b>	<b>40g 40g 20g 10g 3g 1g 1g 5ml</b>
<b>29/09</b>	<b>Feijão Tropeiro Laranja</b>	<b>Feijão Linguíça calabresa Farinha Toucinho Banana da terra Couve Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde Laranja</b>	<b>20g 30g 20g 30g 20g 5g 1g 1g 5ml 3g 2g 1und./aluno</b>
<b>30/09</b>	<b>Pão francês com carne moída e batata inglesa</b>	<b>Pão francês Carne moída Batata inglesa Extrato de tomate Alho Sal Óleo Cebola</b>	<b>50g 40g 20 g 10g 1g 1g 5ml 3g</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**