



**Fundamental II e Ensino Médio – 11 a 17 anos**  
**Programa Ensino Integral**

**1ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
3ª feira – 01/03	<b>CARNAVAL</b>		
4ª feira – 02/03	<b>DIA NÃO LETIVO</b>		
5ª feira – 03/03	Bolacha e Banana	Pão Hot dog c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Strogonoff de Carne, Salada
6ª feira – 04/03	Banana e suco de laranja	Pão francês c/ queijo, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Macarrão à bolonhesa, Salada

**2ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
2ª feira – 07/03	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Banana e suco de maracujá	Arroz, Feijão, Carne moída à primavera, Salada
3ª feira – 08/03	Maçã e suco de laranja	Pão francês c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Salada de ovos c/ legumes
4ª feira – 09/03	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Pão Hot dog c/ queijo, suco de laranja	Macarrão com tiras de carne, Salada
5ª feira – 10/03	Banana e suco de laranja	Pão Hot dog c/ requeijão e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Carne de panela com legumes, Salada
6ª feira – 11/03	Bolacha e Melancia	Pão francês c/ carne moída, suco de laranja	Risoto de Frango, Salada

**3ª Semana**

DATA	CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)	LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)	ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)
2ª feira – 14/03	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Maçã e suco de melancia	Polenta ao molho c/ Carne moída, Salada
3ª feira – 15/03	Banana e suco de laranja	Pão francês c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Pernil em cubos cozido acebolado, Salada
4ª feira – 16/03	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Bolo de laranja, suco de laranja	Macarrão à bolonhesa, Salada
5ª feira – 17/03	Maçã e suco de laranja	Pão Hot dog c/ queijo, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Frango em cubos c/ legumes, Salada
6ª feira – 18/03	Bolacha e Mamão	Pão francês c/ mozzarella e apresuntado, suco de laranja	Arroz, Feijão, Bife grelhado acebolado, Salada

OBS<sup>1</sup>: os cardápios poderão ser alterados no decorrer do mês, sem aviso prévio, em razão das entregas dos fornecedores.

Cardápio elaborado de acordo com o Programa Nacional de Alimentação Escolar, o Guia Alimentar para a População Brasileira e as Resoluções nº 06 e nº 20 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.

Nutricionista Livia Peruchi Monteiro  
CRN3 52604



**Fundamental II e Ensino Médio – 11 a 17 anos**  
**Programa Ensino Integral**

**4ª Semana**

<b>DATA</b>	<b>CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)</b>	<b>LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)</b>	<b>ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)</b>
<b>2ª feira – 21/03</b>	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Maçã e suco de melão	Macarrão ao sugo c/ apresuntado, mozzarella, Salada
<b>3ª feira – 22/03</b>	Banana e suco de laranja	Pão Hot dog c/ requeijão, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, peixe assado c/ batata e tomate
<b>4ª feira – 23/03</b>	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Bolo de milho e suco de laranja	Arroz, Feijão, Carne moída c/ legumes, Salada
<b>5ª feira – 24/03</b>	Maçã e suco de laranja	Pão Hot dog c/ queijo, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Carne de panela com legumes, Salada
<b>6ª feira – 25/03</b>	Bolacha e Banana	Pão francês c/ carne moída, suco de laranja	Arroz, Cuscuz, Salada

**5ª Semana**

<b>DATA</b>	<b>CAFÉ DA MANHÃ / TARDE (7:00 / 14:15)</b>	<b>LANCHE DA MANHÃ / TARDE (9:15 / 16:30)</b>	<b>ALMOÇO / JANTAR (11:45 / 19:00)</b>
<b>2ª feira – 28/03</b>	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Banana e suco de maracujá	Arroz, Feijão, Bife grelhado acebolado, Salada
<b>3ª feira – 29/03</b>	Maçã e suco de laranja	Pão francês c/ margarina, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Arroz, Feijão, Escondidinho de carne, Salada
<b>4ª feira – 30/03</b>	Bolacha e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Pão Hot dog c/ queijo, suco de laranja	Polenta ao molho c/ Frango, Salada
<b>5ª feira – 31/03</b>	Banana e suco de laranja	Pão francês c/ requeijão e Leite c/ chocolate em pó 50% cacau	Macarrão com tiras de carne, Salada

**OBS¹: os cardápios poderão ser alterados no decorrer do mês, sem aviso prévio, em razão das entregas dos fornecedores.**

**Cardápio elaborado de acordo com o Programa Nacional de Alimentação Escolar, o Guia Alimentar para a População Brasileira e as Resoluções nº 06 e nº 20 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.**

Nutricionista Livia Peruchi Monteiro  
CRN3 52604