



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2021

EMEF



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/11	02/11	03/11	04/11	05/11
Lanche 8:45h / 15h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Macarrão à Bolonesa Alface	Arroz, Feijão, Carne Suína Tomate Fruta	Bolacha Caseira Suco de Uva
Semana 2	08/11	09/11	10/11	11/11	12/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Chocolate	Arroz, Lentilha, Peixe Pepino Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho Fruta	Cachorro-Quente com Carne Moída
Semana 3	15/11	16/11	17/11	18/11	19/11
Lanche 8:45h / 15h	FERIADO	Polenta com Carne Moída Alface	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Pão Integral com Melado Fruta
Semana 4	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Iogurte	Arroz, Feijão, Carne Suína Rúcula Fruta	Polenta com Carne Moída Cenoura	Galinhada Beterraba Fruta	Sanduíche Natural (pão integral, queijo, mortadela de frango e alface)
Semana 5	29/11	30/11	01/11	02/11	03/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Doce Leite com Café	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Tomate Fruta	Macarrão à Bolonesa Alface	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino Fruta	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- IOGURTE E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE E INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITO E CUPCAKE SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLEANTES AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2021



CEI TRENZINHO ALEGRE

SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/11	02/11	03/11	04/11	05/11
Lanche 1 08:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Polenta com Carne Moída Cenoura	Arroz, Feijão, Peixe Pepino	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho
Lanche 2 14:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Pão de Queijo Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	08/11	09/11	10/11	11/11	12/11
Lanche 1 08:00h	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Blueberry	Fruta Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h	Macarrão Parafuso à Bolonhesa Beterraba	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Galinhada Repolho e Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Bolinho de Arroz Assado com Frango e Legumes	Bolo de Laranja	Pão de Queijo Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango)
SEMANA 3	15/11	16/11	17/11	18/11	19/11
Lanche 1 08:00h	FERIADO	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Polvilho e Batata Doce	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h	FERIADO	Polenta com Carne Moída Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Beterraba
Lanche 2 14:00h	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	FERIADO	Bolo de Cenoura	Pão de Queijo Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura

SEMANA 4	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Lanche 1 08:00h	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h trezinho	Macarrão Integral à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes	Arroz, Feijão, Peixe Pepino	Galinhada Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolo de Laranja	Bolinho de Arroz Assado com Carne de Gado e Legumes	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango)
SEMANA 5	29/11	30/11	01/12	02/12	03/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Blueberry	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h trezinho	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Polenta com Carne Moída Alface	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Beterraba
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Bolinho de Arroz Assado com Frango e Legumes	Bolo de Cenoura	Pão de Queijo Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA / LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITO E CUPCAKE SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2021



CEI CANTINHO ALEGRE

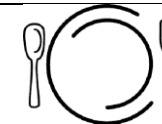
SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/11	02/11	03/11	04/11	05/11
Lanche 1 08:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:30h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão, Carne Suína Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango
Lanche 2 14:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Pão de Queijo Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango)
SEMANA 2	08/11	09/11	10/11	11/11	12/11
Lanche 1 08:00h	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:30h	Macarrão Parafuso à Bolonesa Beterraba	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Pepino	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolo de Laranja	Bolacha Caseira Simples	Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 3	15/11	16/11	17/11	18/11	19/11
Lanche 1 08:00h	FERIADO	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Polvilho com Batata Doce	Frutas Leite com cacau em Pó
Almoço 10:30h	FERIADO	Macarrão Parafuso à Bolonesa Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes

Lanche 2 14:00h	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	FERIADO	Bolo de Cenoura	Bolacha Caseira Simples	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango)
SEMANA 4	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Lanche 1 08:00h	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Blueberry	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Polenta com Carne Móida Cenoura	Galinhada Beterraba	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Tomate
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolo de Laranja	Bolacha Caseira Simples	Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó	Sanduíche Natural (pão integral, queijo, mortadela de frango e alface)
SEMANA 5	29/11	30/11	01/12	02/12	03/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Ventilha de Queijo	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:30h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Tomate	Macarrão à Bolonhesa Alface	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino	Polenta com Carne Móida Cenoura
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolo de Banana	Bolacha Caseira Simples	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA / LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITO E CUPCAKE SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2021
CEI PEQUENO PRÍNCIPE



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	01/11	02/11	03/11	04/11	05/11
Lanche 8:45h / 15h	CELEBRAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão, Carne Suína Tomate	Bolacha Caseira Fruta
Semana 2	08/11	09/11	10/11	11/11	12/11
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Biscoito Salgado Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Pepino	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Cachorro-Quente com Carne Moída Fruta
Semana 3	15/11	16/11	17/11	18/11	19/11
Lanche 8:45h / 15h	FERIADO	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Macarrão Parafuso à Bolonesa Beterraba Fruta	Arroz, Lentilha, Omelete com Legumes	Pão Integral com Geleia Fruta
Semana 4	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Lanche 8:45h / 15h	Biscoito Salgado Iogurte Fruta	Sopa de Feijão com Frango e Legumes	Polenta com Carne Moída Cenoura	Galinhada Beterraba	Sanduíche Natural (pão integral, queijo, mortadela de frango e alface) Fruta
Semana 5	29/11	30/11	01/12	02/12	03/12
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Leite com Café Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate	Macarrão à Bolonesa Alface	Carreteiro com Carne em Cubos Pepino	Galinhão (pão de cachorro-quente com molho de frango) Fruta

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- LEITE E IOGURTE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE E INTOLERANTES / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2021
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/11	02/11	03/11	04/11	05/11
Lanche 1 08:00	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas
Almoço 10:15h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Polenta com Carne Moída Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00 h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Waffle Salgado	Rosquinha de Polvilho Suco Integral de Uva	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango)
SEMANA 2	08/11	09/11	10/11	11/11	12/11
Lanche 1 08:00	Leite Frutas	Crepioça de Cenoura Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas
Almoço 10:15h	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Repolho	Sopa de Feijão com Frango e Legumes	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango)
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00 h	Pão de Queijo	Bolo de Banana e Beterraba Suco Integral de Uva	Polenta com Carne Moída Cenoura	Pão Integral com Requeijão	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
SEMANA 3	15/11	16/11	17/11	18/11	19/11
Lanche 1 08:00	FERIADO	Leite Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas	Crepioça de Beterraba Frutas	Leite Frutas
Almoço 10:15h	FERIADO	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
Lanche 2 14:00h	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00 h	FERIADO	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Bolinho de Arroz Assado e Frango	Pão Integral com Requeijão	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
SEMANA 4	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Lanche 1 08:00	Leite Frutas	Frutas Crepioça de Cenoura	Frutas Pão Integral com Requeijão	Leite Frutas	Leite Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Assado Alface e Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Abóbora	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

Lanche 3 16:00 h	Pão de Queijo	Bolo de Banana e Beterraba Suco de Uva	Bolinho de Arroz e Carne de Gado Desfiada	Pão Integral com Requeijão	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
SEMANA 5	29/11	30/11	01/12	02/12	03/12
Lanche 1 08:00	Leite Frutas	Crepioça de Cenoura Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas	Leite Frutas
Almoço 10:15h	Macarrão à Bolonhesa Alface	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle Salgado	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Rosquinha de Polvilho Suco Integral de Uva	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA OU INTOLERANTES À LACTOSE: NÃO UTILIZAR O QUEIJO NO PÃO DE QUEIJO / REQUEIJÃO LIGHT: UTILIZAR PÃO PURO OU COM PATÊ DE FRANGO CASEIRO PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE DE VACA



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2021
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 8 meses)



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	01/11	02/11	03/11	04/11	05/11
Desjejum 07:30h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Leite	Leite	Leite
Lanche 08:15h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço 10:15h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Polenta com Carne Moida Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 1 13:30h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Lanche 2 14:15h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 16:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moida	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango)
SEMANA 2	08/11	09/11	10/11	11/11	12/11
Desjejum 07:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 08:15h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Polenta com Carne Moida Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Beterraba	Sopa de Feijão com Frango e Legumes	Galinhão (pão de cachorro-quente com molho de frango)
Lanche 1 13:30h	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Lanche 2 14:15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 16:00h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moida	Polenta com Carne Moida Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
SEMANA 3	15/11	16/11	17/11	18/11	19/11
Desjejum 07:30h	FERIADO	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 08:15h	FERIADO	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço 10:15h	FERIADO	Polenta com Carne Moida Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes Carne em Cubos	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Polenta com Molho de Frango Beterraba

Lanche 1 13:30h	FERIADO	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Lanche 2 14:15h	FERIADO	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 16:00h	FERIADO	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
SEMANA 4	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Desjejum 07:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 08:15h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Frango e Legumes	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Assado Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Abóbora	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Ralada
Lanche 1 13:30h	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Lanche 2 14:15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 16:00h	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
SEMANA 5	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Desjejum 07:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 08:15h	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
Almoço 10:15h	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 1 13:30h	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia
Lanche 2 14:15h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 16:00h	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Galinhada Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- CONSISTÊNCIA DO ARROZ, FEIJÃO E CARNES: AMASSADOS, PATOSOS. PODE SER UM POUCO MAIS MOLHADO, MAS NÃO LIQUIDIFICAR.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2021



CEI CRIANÇA FELIZ

SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/11	02/11	03/11	04/11	05/11
Lanche 1 08:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Biscoito de Amendoim	Frutas Rosquinha de Polvilho
Almoço 10:15h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Macarrão Integral à Bolonhesa Beterraba	Galinhada Repolho	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 2 14:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	COMEMORAÇÃO DIA DO SERVIDOR PÚBLICO	FERIADO	Pão de Queijo Suco de Uva	Leite com Cacau em Pó Pão Integral com Requeijão	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)
SEMANA 2	08/11	09/11	10/11	11/11	12/11
Lanche 1 08:00h	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha Mix de Vegetais	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha de Queijo	Fruta Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Arroz, Feijão, Carne Suína Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Bolo de Laranja	Biscoito de Blueberry Leite com Cacau em Pó	Pão de Queijo Suco de Uva	Leite com Cacau em Pó Pão Integral com Requeijão	Cachorro Quente com Carne Moída
SEMANA 3	15/11	16/11	17/11	18/11	19/11
Lanche 1 08:00h	FERIADO	Leite com Cacau em Pó Frutas	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Biscoito de Amendoim	Leite com Cacau em Pó Frutas
Almoço 10:15h	FERIADO	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 2 14:00h	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	FERIADO	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolo de Banana	Pão Integral com Requeijão	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)

SEMANA 4	22/11	23/11	24/11	25/11	26/11
Lanche 1 08:00h	Frutas Biscoito de Batata Doce	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Biscoito de Amendoim
Almoço 10:15h	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Carne Moida Cenoura	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho e Cenoura	Macarrão Integral à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Cenoura	Leite com Cacau em Pó Ventilha Mix de Vegetais	Suco de Uva Pão Integral com Requeijão	Cachorro Quente com Carne Moida
SEMANA 5	29/11	30/11	01/12	02/12	03/12
Lanche 1 08:00h	Frutas Biscoito de Blueberry	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Pão Integral com Requeijão	Frutas Leite com Cacau em Pó	Frutas Ventilha de Queijo
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Repolho	Polenta com Carne Moida Alface	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Assado Tomate	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Laranja	Leite com Cacau em Pó Ventilha Mix de Vegetais	Suco de Uva Pão Integral com Requeijão	Galinhão (Pão de Cachorro Quente com Molho de Frango e Cenoura)

- O cardápio é disponibilizado mensalmente no site da prefeitura de Saudades: <https://saudades.sc.gov.br>
- As informações nutricionais do referido cardápio estão no setor de alimentação escolar a quem possa interessar.
- LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA / LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE DE VACA.