



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2022

EMEF

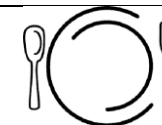


Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08
Lanche 8:45h / 15h	Iogurte de Sabor Biscoito Salgado	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango Fruta	Arroz, Lentilha, Carne Suína em Cubos Pepino	Cachorro-Quente com Carne Moída Fruta
Semana 2	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito Doce	Carreteiro com Carne em Cubos Alface	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes	Galinhão (pão francês com molho de frango) Fruta
Semana 3	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08
Lanche 8:45h / 15h	Chocolate Quente Biscoito Salgado	Macarrão Integral à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Strogonoff de Frango Repolho	Bolacha Caseira Suco de Maçã Fruta
Semana 4	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Leite com Café	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Legumes com Massa e Frango Fruta	Arroz, Lentilha, Carne Suína em Cubos Pepino	Sanduíche (pão francês com mortadela de frango, queijo e tomate) Fruta
Semana 5	29/08	30/08	31/08	01/09	02/09
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Biscoito Doce	Galinhada Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Feijão, Peixe Tomate	Pão Integral com Melado Suco de Uva 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.
- IOGURTE E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES AO LEITE / BISCOITO E IOGURTE ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2022
CEI PEQUENO PRÍNCIPE



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Semana 1	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08
Lanche 8:45h / 15h	Iogurte de Sabor Biscoito Salgado Fruta	Macarrão Caseiro à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Arroz, Lentilha, Carne Suína em Cubos Pepino	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura Fruta
Semana 2	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Café Biscoito Doce Fruta	Galinhada Alface	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes	Galinhão (pão francês com molho de frango) Fruta
Semana 3	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Biscoito Salgado Fruta	Arroz, Strogonoff de Frango Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína em Cubos Pepino	Bolacha Caseira Suco de Maçã Fruta
Semana 4	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08
Lanche 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Leite com Café Fruta	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Lentilha, Carne em Cubos Pepino	Sanduíche (pão francês com mortadela de frango, queijo e tomate) Fruta
Semana 5	29/08	30/08	31/08	01/09	02/09
Lanche 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Biscoito Doce Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate Frutas	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Arroz, Feijão, Carne Suína em Cubos Pepino Frutas	Pão Integral com Melado Suco de Uva 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.
- IOGURTE E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2022
CEI CANTINHO ALEGRE



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Iogurte de Sabor	Biscoito Doce Leite com Café	Rosquinha de Polvilho Frutas	Ventilha de Queijo Leite com Café	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Leite com Chocolate
Almoço 10:30h	Carreiroiro Cenoura Frutas	Macarrão Caseiro à Bolonhesa Cenoura Frutas	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango Frutas	Arroz, Lentilha, Carne Suína em Cubos Pepino Frutas	Arroz, Feijão, Frango ao Molho Repolho Frutas
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Requeijão	Bolo de Laranja Suco de Uva	Pão Integral com Melado Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Chocolate	Biscoito Doce Leite com Café	Rosquinha de Polvilho Chá	Ventilha de Queijo Leite com Café	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Leite com Chocolate
Almoço 10:30h	Polenta com Carne Moída Beterraba Frutas	Galinhada Alface Frutas	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes Frutas	Arroz, Lentilha, Peixe Pepino Frutas
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Maionese Caseira (ovo cozido, leite, óleo e sal)	Bolo de Cenoura Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Suco de Maçã	Galinhão (pão de cachorro-quente com molho de frango)
SEMANA 3	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Chocolate	Biscoito Salgado Leite com Café	Rosquinha de Polvilho Chá	Ventilha de Queijo Leite com Café	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Leite com Chocolate
Almoço 10:30h	Macarrão Integral à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Strogonoff de Frango Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína em Cubos Pepino	Galinhada Repolho

Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Patê de Beterraba (requeijão ou creme de soja, beterraba e temperos)	Bolo de Laranja Suco de Uva	Pão Integral com Geleia Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Cachorro-Quente com Carne Moida e Cenoura
Semana 4	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Chocolate	Biscoito Doce Leite com Café	Rosquinha de Polvilho Frutas Chá	Ventilha de Queijo Leite com Café	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Leite com Chocolate
Almoço 10:30h	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho Frutas	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes Frutas	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Frutas	Arroz, Lentilha, Carne em Cubos Pepino Frutas	Polenta com Carne Moida Cenoura Frutas
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Bolo de Cenoura Suco de Uva	Pão Integral com Melado Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango e cenoura)
Semana 5	29/08	30/08	31/08	01/09	02/09
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Chocolate	Biscoito Doce Leite com Café	Rosquinha de Polvilho Frutas Chá	Ventilha de Queijo Leite com Café	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Leite com Chocolate
Almoço 10:30h	Macarrão à Bolonhesa Cenoura Frutas	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate Frutas	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Arroz, Feijão, Carne Suína em Cubos Pepino Frutas	Galinhada Beterraba Frutas
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão Francês com Patê de Cenoura (requeijão ou creme de soja, beterraba e temperos)	Bolo de Laranja Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Suco de Maçã	Cachorro-Quente com Carne Moida 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.
- IOGURTE E LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS AO LEITE / BISCOITO SEM LEITE PARA ALÉRGICOS E INTOLERANTES AO LEITE / BISCOITO ZERO AÇÚCAR PARA DIABÉTICOS.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2022
CEI TRENZINHO ALEGRE



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Ventilha de Queijo Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Arroz, Lentilha, Carne Suína em Cubos Pepino	Galinhada Repolho
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Bolo de Cenoura Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moida e Cenoura
SEMANA 2	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Ventilha de Queijo Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Alface	Polenta com Carne Moida Beterraba
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Maçã	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Bolo Salgado com Legumes Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moida e Cenoura
SEMANA 3	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Ventilha de Queijo Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Macarrão Integral à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Arroz, Feijão Carioca, Strogonoff de Frango Repolho	Galinhada Cenoura
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Bolo de Laranja Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moida e Cenoura

Semana 4	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Ventilha de Queijo Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas
Almoço 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Feijão com Massa e Frango Fruta	Arroz, Lentilha, Carne Suína em Cubos Pepino	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Maçã	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Bolo de Cenoura Leite com Cacau em Pó	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
Semana 5	29/08	30/08	31/08	01/09	02/09
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Ventilha de Queijo Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Biscoito de Polvilho de Batata Doce Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas
Almoço 10:30h	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Galinhada Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Macarrão à Bolonhesa Cenoura
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Pão Integral com Requeijão Leite com Cacau em Pó	Bolo de Banana 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 / BISCOITOS E BOLOS SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2022
CEI CRIANÇA FELIZ



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Chocolate Frutas	Ventilha de Queijo Leite com Chocolate Frutas	Bolacha Caseira Simples Leite com Chocolate Frutas	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate Frutas	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Arroz, Lentilha, Carne Suína em Cubos Pepino	Galinhada Repolho
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Cenoura Chá	Cachorro-Quente (pão francês com carne moída)	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva
SEMANA 2	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Cacau em Pó	Bolacha Caseira Simples Leite com Café	Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó	Ventilha de Queijo Leite com Café	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Cacau em Pó
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Polenta com Carne Moída Repolho Frutas	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos Frutas	Arroz, Strogonoff de Frango Pepino Frutas	Arroz, Feijão, Peixe Cenoura Frutas
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Laranja Chá	Galinhão (pão francês com molho de frango)	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva
SEMANA 3	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Ventilha de Queijo Frutas	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Frutas	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína em Cubos Pepino	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes

Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Leite com Cacau em Pó	Bolo de Cenoura Chá	Cachorro-Quente (pão francês com carne moída)	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva
SEMANA 4	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Chocolate	Ventilha de Queijo Leite com Café	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Leite com Café	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate
Almoço 10:15h	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Polenta com Carne Moída Cenoura Frutas	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína em Cubos Tomate Frutas	Galinhada Pepino Frutas	Sopa de Feijão com Legumes e Frango Frutas
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Laranja Suco de Uva	Galinhão (pão francês com molho de frango)	Pão Integral com Requeijão Chá	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã
SEMANA 5	29/08	30/08	31/08	01/09	02/09
Lanche 1 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Ventilha de Queijo Frutas	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Frutas	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Frutas
Almoço 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Alface	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína em Cubos Pepino
Lanche 2 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00h	Pão de Queijo Leite com Cacau em Pó	Bolo de Cenoura Chá	Cachorro-Quente (pão francês com carne moída)	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva

- LEITE DE SOJA PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA / LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE / BISCOITOS E BOLOS SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2022
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08
Lanche 1 08:00	Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite Fruta	Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite Fruta
Almoço 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Tomate	Galinhada Beterraba	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 2 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 14:30h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle de Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Bolo de Banana Suco de Uva	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08
Lanche 1 08:00	Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite Fruta	Fruta Pão Integral com Pasta de Amendoim	Leite Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite Fruta
Almoço 10:30h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Lentilha, Peixe Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango
Lanche 2 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle de Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Bolo Salgado de Legumes Suco de Maçã	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08
Lanche 1 08:00	Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite Fruta	Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite Fruta
Almoço 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Cenoura	Polenta com Carne Moída Pepino	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 2 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle de Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Bolo de Banana Suco de Uva	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 4	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08

Lanche 1 08:00	Leite Fruta	Leite Fruta	Fruta Pão Integral com Requeijão	Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite Fruta
Almoço 10:30h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Tomate	Polenta com Carne Moída Beterraba	Carreteiro com Carne em Cubos Repolho Cozido	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos
Lanche 2 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle de Cenoura	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Bolo Salgado de Legumes Suco de Maçã	Galinhão (pão de cachorro- quente com molho de frango)
SEMANA 5	29/08	30/08	31/08	01/09	02/09
Lanche 1 08:00	Leite Fruta	Leite Fruta	Fruta Pão Integral com Requeijão	Fruta Rosquinha de Polvilho	Leite Fruta
Almoço 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Cenoura	Polenta com Carne Moída Pepino	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 2 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 3 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Jantar 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle de Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Bolo de Banana Suco de Uva	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.
- 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 / PARA ALÉRGICOS AO OVO: LANCHES SEM OVO OU PREPARADOS COM OVO DE LINHAÇA.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – AGOSTO 2022
PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 8 meses)



	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
SEMANA 1	01/08	02/08	03/08	04/08	05/08
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 10:20h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Abóbora	Galinhada Beterraba	Polenta com Carne Moída Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
Lanche 1 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 14:30h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00h	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne em Cubos	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Purê de Abóbora com Carne Moída
SEMANA 2	08/08	09/08	10/08	11/08	12/08
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 10:20h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Abóbora	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Lentilha, Peixe Beterraba	Sopa de Legumes com Massa e Frango
Lanche 1 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 14:30h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00h	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne em Cubos	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Polenta com Molho de Frango Cenoura	Purê de Abóbora com Carne Moída
SEMANA 3	15/08	16/08	17/08	18/08	19/08
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 10:20h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 1 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 14:30h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00h	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne em Cubos	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	Purê de Cenoura e Batata com Carne Moída

SEMANA 4	22/08	23/08	24/08	25/08	26/08
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 10:20h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	Carreteiro com Carne em Repolho Cozido	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos
Lanche 1 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 14:30h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00h	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne em Cubos	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída	Polenta com Molho de Frango Cenoura
SEMANA 5	29/08	30/08	31/08	01/09	02/09
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 10:20h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
Lanche 1 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Lanche 2 14:30h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
Lanche 3 16:00h	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne em Cubos	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Polenta com Carne Moída Beterraba	Purê de Cenoura e Batata com Carne Moída

- 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, PASTOSOS. PODE SER UM POUCO MAIS MOLHADO, MAS NÃO LIQUIDIFICAR.
- LEITE ZERO LACTOSE PARA INTOLERANTES À LACTOSE E LEITE VEGETAL (SOJA OU COCO) PARA ALÉRGICOS À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA.