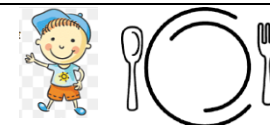




PREFEITURA MUNICIPAL DE SAUDADES – SECRETARIA DA EDUCAÇÃO / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
PROPOSTAS DE CARDÁPIO – NOVEMBRO 2022  
**EMEF**



Semana 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/11	08/11	09/11	10/11	11/11
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Iogurte de Sabor Biscoito Salgado	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango Pepino	Polenta com Carne Moída Beterraba  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Sanduíche Natural (pão integral, mortadela de frango, queijo e tomate)  Fruta
Semana 2	14/11	15/11	16/11	17/11	18/11
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	RECESSO	FERIADO	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Galinhada Alface/Rúcula  Fruta	Cachorro Quente com Carne Moída  Fruta
Semana 3	21/11	22/11	23/11	24/11	25/11
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Leite com Chocolate Biscoito Salgado	Arroz, Lentilha, Carne Suína Alface/Rúcula	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta	Macarrão com Almôndega Pepino	Bolo de Laranja Fruta
Semana 4	28/11	29/11	30/11	01/12	02/12
<b>Lanche</b> 8:45h / 15h	Rosquinha de Polvilho Leite com Café	Arroz, Feijão, Omelete Tomate	Sopa de Cajiquinha com Legumes e Frango  Fruta	Carreteiro com Carne Moída Beterraba	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.
- 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 –NOVEMBRO 2022  
**CEI PEQUENO PRÍNCIPE**

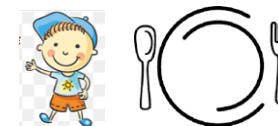


	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>Semana 1</b>	<b>07/11</b>	<b>08/11</b>	<b>09/11</b>	<b>10/11</b>	<b>11/11</b>
<b>Lanche 8:45h / 15h</b>	Leite com Capuccino Biscoito Salgado Fruta	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango Pepino	Polenta com Carne Moída Beterraba	Galinhada Cenoura	Pão Integral com Geleia Suco de Maçã  Fruta
<b>Semana 2</b>	<b>14/11</b>	<b>15/11</b>	<b>16/11</b>	<b>17/11</b>	<b>18/11</b>
<b>Lanche 8:45h / 15h</b>	RECESSO	FERIADO	Carreteiro com Carne Moída Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate  Fruta	Cachorro Quente com Carne Moída  Fruta
<b>Semana 3</b>	<b>21/11</b>	<b>22/11</b>	<b>23/11</b>	<b>24/11</b>	<b>25/11</b>
<b>Lanche 8:45h / 15h</b>	Iogurte de Sabor Biscoito Salgado Fruta	Macarrão à Bolonhesa Alface/Rúcula	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Lentilha, Carne Suína Cenoura	Bolo de Laranja Suco de Uva  Fruta
<b>Semana 4</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>	<b>30/11</b>	<b>01/12</b>	<b>02/12</b>
<b>Lanche 8:45h / 15h</b>	Rosquinha de Polvilho Leite com Café  Fruta	Arroz, Feijão, Omelete Tomate	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	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.
- 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 – NOVEMBRO 2022



**CEI CANTINHO ALEGRE**

SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/11	08/11	09/11	10/11	11/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Iogurte	Biscoito Salgado Leite com Capuccino	Pão Integral com Melado Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Suco de Uva	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate
<b>Almoço</b> 10:30h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango  Fruta	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango Pepino  Fruta	Polenta com Carne Moída Beterraba  Fruta	Galinhada Cenoura  Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Pepino  Fruta
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	Pão Francês com Maionese Caseira	Bolo de Laranja Suco de Uva	Bolacha Caseira	Pão Integral com Requeijão Leite com Capuccino	Cachorro Quente com Carne Moída
SEMANA 2	14/11	15/11	16/11	17/11	18/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	RECESSO	FERIADO	Biscoito Salgado Leite com Chocolate	Rosquinha de Polvilho Leite com Capuccino	Bolo de Cenoura Suco de Uva
<b>Almoço</b> 10:30h	RECESSO	FERIADO	Carreteiro com Carne Moída Cenoura  Fruta	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate  Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta
<b>Lanche 2</b> 14:00h	RECESSO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	RECESSO	FERIADO	Bolo de Cenoura Suco de Uva	Pão Integral com Requeijão Suco de Maçã	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango)
SEMANA 3	21/11	22/11	23/11	24/11	25/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate	Pão Francês com Maionese Caseira Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão Leite com Capuccino	Bolacha Caseira	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate
<b>Almoço</b> 10:30h	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba Fruta	Macarrão à Bolonhesa Alface/Rúcula  Fruta	Sopa de Legumes com Massa e Frango  Fruta	Arroz, Lentilha, Carne Suína Cenoura  Fruta	Sopa de Feijão com Legumes e Frango

<b>Lanche 2 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00h</b>	Biscoito Salgado Iogurte de Sabor	Bolo de Laranja	Bolacha Caseira Simples Suco de Maçã	Pão Integral com Melado Suco de Uva	Cachorro Quente com Carne Moída
<b>Semana 4</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>	<b>30/11</b>	<b>01/12</b>	<b>02/12</b>
<b>Lanche 1 08:00h</b>	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate	Biscoito Salgado Leite com Capuccino	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate	Pão Integral com Melado Suco de Maçã	Bolo de Cenoura Suco de Uva
<b>Almoço 10:30h</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango Frutas	Arroz, Feijão, Omelete Tomate  Fruta	Sopa de Cajiquinha com Legumes e Frango  Fruta	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba  Fruta	Polenta com Carne Moída Pepino  Fruta
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00h</b>	Pão Francês com Maionese Caseira	Bolo de Cenoura Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão Suco de Uva	Bolacha Caseira	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 / 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 – NOVEMBRO 2022  
**CEI TRENZINHO ALEGRE**



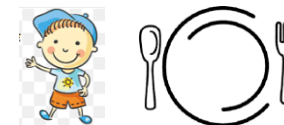
SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/11	08/11	09/11	10/11	11/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Cacau em Pó Frutas	Pão Francês com Requeijão Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Cacau em Pó Frutas
<b>Almoço</b> 10:15h	Polenta com Carne Moída Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína em Cubos Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Pepino	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	Pão de Queijo	Bolo de Cenoura Suco de Maçã	Pão Integral com *Maionese Caseira Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	14/11	15/11	16/11	17/11	18/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	RECESSO	FERIADO	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Cacau em Pó Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas	Bolo de Laranja Frutas
<b>Almoço</b> 10:15h	RECESSO	FERIADO	Carreteiro com Carne Moída Cenoura	Arroz, Feijão Carioca, Omelete com Legumes	Sopa de Letilha com Legumes e Frango
<b>Lanche 2</b> 14:00h	RECESSO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	RECESSO	FERIADO	Pão Francês com Requeijão Suco de Maçã	Pão Integral com Maionese Caseira Suco de Uva	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3	21/11	22/11	23/11	24/11	25/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Biscoito de Polvilho Batata Doce Leite com Cacau em Pó Frutas	Rosquinha de Polvilho Leite com Cacau em Pó Frutas	Pão Integral com Requeijão Frutas	Bolo de Laranja Frutas
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão, Strogonoff de Gado Alface	Polenta com Carne Moída Pepino	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

<b>Jantar 16:00h</b>	Pão de Queijo	Pão Francês com *Maionese Caseira	Bolo de Laranja Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	Cachorro Quente com Carne Moída e Cenoura
<b>Semana 4</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>	<b>30/11</b>	<b>01/12</b>	<b>02/12</b>
<b>Lanche 1 08:00h</b>	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Cacau em Pó Frutas	Pão Francês com Requeijão Frutas	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Cacau em Pó Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas	Bolo de Cenoura Frutas
<b>Almoço 10:30h</b>	Macarrão à Bolonhesa Cenoura	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Alface	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Beterraba	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00h</b>	Pão de Queijo	Bolo de Cenoura Suco de Maçã	Pão Integral com *Maionese Caseira Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Cacau em Pó	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 / BISCOITOS E BOLOS SEM LEITE PARA ALÉRGICOS OU INTOLERANTES AO LEITE.



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



SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/11	08/11	09/11	10/11	11/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate Frutas	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate Frutas	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Frutas
<b>Almoço</b> 10:15h	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Lentilha, Peixe Tomate	Galinhada Beterraba	Macarrão com Almôndega Cenoura	Arroz, Feijão, Omelete com Legumes
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	Pão de Queijo Suco de Maçã	Pão Integral com Requeijão Leite com Chocolate	Cachorro Quente (pão francês, carne moída e cenoura)	Bolo de Laranja Suco de Uva	Bolacha Caseira Simples Leite com Chocolate
SEMANA 2	14/11	15/11	16/11	17/11	18/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	RECESSO	FERIADO	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate Frutas	Ventilha Mix de Vegetais Leite com Chocolate Frutas	Rosquinha de Polvilho Frutas
<b>Almoço</b> 10:15h	RECESSO	FERIADO	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína Tomate	Sopa de Feijão com Legumes e Frango
<b>Lanche 2</b> 14:00h	RECESSO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00h	RECESSO	FERIADO	Bolo de Cenoura Suco de Maçã	Cachorro Quente (pão francês, carne moída e cenoura)	Bolacha Caseira Simples Leite com Chocolate
SEMANA 3	21/11	22/11	23/11	24/11	25/11
<b>Lanche 1</b> 08:00h	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate Frutas	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate Frutas	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Frutas
<b>Almoço</b> 10:15h	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Strogonoff de Gado Alface	Galinhada Pepino	Arroz, Lentilha, Ovo Cozido Tomate
<b>Lanche 2</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas

<b>Jantar 16:00h</b>	Pão de Queijo Suco de Uva	Bolo de Laranja Suco de Maçã	Cachorro-Quente (pão francês com carne móida e cenoura)	Pão Integral com Requeijão Leite com Chocolate	Bolacha Caseira Simples Leite com Chocolate
<b>SEMANA 4</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>	<b>30/11</b>	<b>01/12</b>	<b>02/12</b>
<b>Lanche 1 08:00h</b>	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Leite com Chocolate Frutas	Ventilha Mix de Vegetais Frutas	Bolacha Caseira Simples Frutas	Rosquinha de Polvilho Leite com Chocolate Frutas	Biscoito de Polvilho e Batata Doce Frutas
<b>Almoço 10:15h</b>	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Carne Suína em Cubos Tomate	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Macarrão à Bolonhesa Pepino
<b>Lanche 2 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00h</b>	Pão de Queijo Suco de Uva	Pão Integral com Maionese Caseira Suco de Maçã	Cachorro Quente (pão francês, carne móida e cenoura)	Bolacha Caseira Simples Leite com Chocolate	Bolo de Cenoura Suco de Uva

- 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 –NOVEMBRO 2022  
**PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (Maiores de 9 meses)**



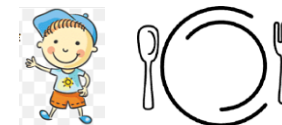
SEMANA 1	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	07/11	08/11	09/11	10/11	11/11
<b>Lanche 1</b> 08:00	Leite Fruta	Leite Fruta	Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite Fruta	Fruta Rosquinha de Polvilho
<b>Almoço</b> 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Lentilha, Carne em Cubos Tomate	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Cenoura
<b>Lanche 2</b> 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 3</b> 14:30h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle de Espinafre	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	Bolo de Laranja	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura
SEMANA 2	14/11	15/11	16/11	17/11	18/11
<b>Lanche 1</b> 08:00	RECESSO	FERIADO	Leite Fruta	Leite Fruta Rosquinha de Polvilho	Fruta Pão Integral com Requeijão
<b>Almoço</b> 10:30h	RECESSO	FERIADO	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango
<b>Lanche 2</b> 13:30h	RECESSO	FERIADO	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 3</b> 14:00h	RECESSO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	RECESSO	FERIADO	Pão de Queijo	Bolo de Banana Suco de Maçã	Galinhão (pão de cachorro quente com molho de frango e cenoura)
SEMANA 3	21/11	22/11	23/11	24/11	25/11
<b>Lanche 1</b> 08:00	Leite Fruta	Leite Fruta	Leite Pão Integral com Requeijão	Leite Fruta	Fruta Rosquinha de Polvilho
<b>Almoço</b> 10:30h	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Cenoura	Macarrão à Bolonhesa Pepino	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Arroz Branco, Feijão Carioca, Ovo Cozido Tomate
<b>Lanche 2</b> 13:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 3</b> 14:00h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar</b> 16:00 h	Pão de Queijo	Waffle de Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Bolo de Cenoura Suco de Uva	Cachorro-Quente com Carne Moída e Cenoura

<b>SEMANA 4</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>	<b>30/11</b>	<b>01/12</b>	<b>02/12</b>
<b>Lanche 1 08:00</b>	Leite Fruta	Leite Fruta	Fruta Pão Integral com Requeijão	Leite Frutas	Fruta Rosquinha de Polvilho
<b>Almoço 10:30h</b>	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Tomate	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Carne Moída Pepino
<b>Lanche 2 13:30h</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 3 14:00h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Jantar 16:00 h</b>	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)

- 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 – NOVEMBRO 2022  
**PRÓ-INFÂNCIA AQUARELA (6 a 8 meses)**



	<b>Segunda-feira</b>	<b>Terça-feira</b>	<b>Quarta-feira</b>	<b>Quinta-feira</b>	<b>Sexta-feira</b>
<b>SEMANA 1</b>	<b>07/11</b>	<b>08/11</b>	<b>09/11</b>	<b>10/11</b>	<b>11/11</b>
<b>Desjejum 07:30h</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 08:15h</b>	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço 10:20h</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Arroz, Lentilha, Carne em Cubos Abóbora	Macarrão à Bolonhesa Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Galinhada Cenoura
<b>Lanche 1 13:30h</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2 14:30h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Lanche 3 16:00h</b>	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Carne em Cubos	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne moída	Sopa de Feijão com Legumes e Carne em Cubos	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango
<b>SEMANA 2</b>	<b>14/11</b>	<b>15/11</b>	<b>16/11</b>	<b>17/11</b>	<b>18/11</b>
<b>Desjejum 07:30h</b>	RECESSO	FERIADO	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 08:15h</b>	RECESSO	FERIADO	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço 10:20h</b>	RECESSO	FERIADO	Carreteiro com Carne em Cubos Cenoura	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Frango
<b>Lanche 1 13:30h</b>	RECESSO	FERIADO	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2 14:30h</b>	RECESSO	FERIADO	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Lanche 3 16:00h</b>	RECESSO	FERIADO	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída
<b>SEMANA 3</b>	<b>21/11</b>	<b>22/11</b>	<b>23/11</b>	<b>24/11</b>	<b>25/11</b>
<b>Desjejum 07:30h</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 08:15h</b>	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço 10:20h</b>	Sopa de Legumes com Massa e Frango	Galinhada Cenoura	Macarrão à Bolonhesa Abóbora	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Arroz Branco, Feijão Carioca, Ovo Cozido Beterraba
<b>Lanche 1 13:30h</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2 14:30h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Lanche 3 16:00h</b>	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Carne Moída Beterraba	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Purê de Cenoura e Batata com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e Frango

<b>SEMANA 4</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>	<b>30/11</b>	<b>01/12</b>	<b>02/12</b>
<b>Desjejum 07:30h</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 08:15h</b>	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta	Papa de Fruta com Aveia	Papa de Fruta
<b>Almoço 10:20h</b>	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Arroz, Feijão Carioca, Peixe Abóbora	Carreteiro com Carne em Cubos Beterraba	Sopa de Lentilha com Legumes e Carne em Cubos	Polenta com Carne Moída Cenoura
<b>Lanche 1 13:30h</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>Lanche 2 14:30h</b>	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas
<b>Lanche 3 16:00h</b>	Creme de Mandioca e Cenoura com Carne em Cubos	Sopa de Canjiquinha com Legumes e Frango	Sopa de Feijão com Legumes e Frango	Purê de Abóbora com Carne Moída	Sopa de Legumes com Massa e 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, 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.