

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM JARDIM
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Pré-escolar e Ensino fundamental 1º e 2º segmento
JULHO 2018

SEMANA (02/07/18 – 06/07/18)	Segunda-feira Desjejum: achocolatado Pão c/ manteiga Merenda: SOPÃO DE LEGUMES Sob: gelatina	Terça-feira Desjejum: iogurte biscoito doce Merenda: arroz e feijão. Vaca atolada (patinho picado c/ aipim) espinafre refogado Sob: laranja pêra.	Quarta-feira Desjejum: achocolatado pão c/ manteiga Merenda: arroz e feijão. Picadinho de peito de frango c/ batata inglesa refogado salada: alface e abobrinha picada. Sob: banana prata	Quinta-feira Desjejum: iogurte Biscoito salgado Merenda: arroz e feijão Ensopadinho de Carne picada (músculo) c/ batata doce e chuchu couve refogada Sob: poncã	Sexta-feira Desjejum: Achocolatado Biscoito doce Merenda: macarrão c/ ovos salada: alface e abobrinha ralada Sob: maçã
SEMANA (09/07/18 – 13/07/18)	Segunda-feira Desjejum: Iogurte pão c/ manteiga Merenda: arroz e feijão. Farofa c/ ovos Sob: laranja pêra Obs: utilizar (legume) sobra da agricultura da semana anterior	Terça-feira Desjejum: Achocolatado pão c/ manteiga Merenda: risoto de frango (peito) c/ cenoura ralada e ovos Aipim cozido Sob: gelatina	Quarta-feira Desjejum: Iogurte Bisc. doce Merenda: arroz e feijão. Músculo picadinho Batata inglesa sauttee espinafre e cenoura refogados Salada: alface, beterraba ralada ou em rodela e tomate Sob: poncã	Quinta-feira Desjejum: Achocolatado pão c/ manteiga Merenda: SOPÃO DE LEGUMES (escolher a proteína frango ou carne) Sob: maçã * usar abóbora, inhame e outros legumes da agricultura familiar	Quinta-feira Desjejum: Iogurte Bisc. salgado Merenda: arroz e feijão. Farofa de abobrinha ralada Ensopadinho de Carne picada (patinho) Chuchu e batata doce refogados Salada: alface, beterraba ralada ou em rodela e tomate Sob: banana prata

OBSERVAÇÕES

- Suco da Fruta (limão ou maracujá) deverá ser oferecido junto à refeição. Usar pouco açúcar. Oferecer suco 02 a 03 vezes por semana.
- Quando houver sobra de frutas, poderá ser feito salada de frutas.
- Temperos naturais: Almeirão e tempero verde.
- Abobrinha: para salada crua.
- O azeite de oliva extra-virgem será utilizado em saladas e em poucas quantidades.
- Limão pode ser usado para temperar frango e peixe.
- O CARDÁPIO DEVERÁ SER FIXADO NA COZINHA E NO REFEITÓRIO.
- Laranja lima: para alunos da creche (incluindo viviane e amanda faria).
- **A escola poderá alterar o cardápio quando houver necessidade de dar saída nos gêneros da agricultura familiar. A inclusão do item da agricultura familiar que não esteja no cardápio, poderá ser feita também para evitar desperdícios. Informar quando houver necessidade de alterar o cardápio do dia.**

