

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

SEMANA (30/04/18 – 04/05/18) Obs: usar os gêneros da agricultura da semana anterior se sobrar.	Segunda-feira Desjejum: PONTO FACULTATIVO	Terça-feira Desjejum: FERIADO	Quarta-feira Desjejum: Iogurte pão c/ manteiga Merenda: arroz e feijão. farofa Carne picadinha (patinho) Sob: laranja pêra	Quinta-feira Desjejum: Achocolatado Biscoito doce Merenda: arroz e feijão. canjiquinha peito de frango refogado sob: gelatina	Sexta-feira Desjejum: Iogurte Bisc. salgado Merenda: arroz e feijão. angú Músculo picadinho Sob: maçã
SEMANA C (07/05/18 – 11/05/18)	Segunda-feira Desjejum: achocolatado Pão c/ manteiga Merenda: Macarrão com ovos Sob: doce de leite	Terça-feira Desjejum: iogurte biscoito doce Merenda: arroz e feijão. Vaca atolada (patinho picado c/ aipim) e espinafre refogado Salada: alface e tomate Sob: laranja pêra.	Quarta-feira Desjejum: achocolatado pão c/ manteiga Merenda: arroz c/cenoura ralada e feijão. Picadinho de peito de frango c/ batata inglesa refogado salada: alface e tomate. 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 Salada: tomate e beterraba. Sob: poncã	Sexta-feira Desjejum: Achocolatado Biscoito doce Merenda: arroz c/cenoura e feijão Sobrecoxa Abóbora e Inhame refogados Salada: alface e tomate. Sob: goiaba
SEMANA D (14/05/18 – 18/05/18)	Segunda-feira Desjejum: Iogurte pão c/ manteiga Merenda: arroz e feijão. Farofa c/ ovos Sob: laranja pêra	Terça-feira Desjejum: Achocolatado pão c/ manteiga Merenda: arroz e feijão. Aipim cozido Peito de frango refogado com abobrinha Sob: maçã	Quarta-feira Desjejum: Iogurte Bisc. doce Merenda: arroz e feijão. Filé de peixe refogado Batata inglesa sauttee Chuchu com espinafre refogado Salada: alface Sob: poncã	Quinta-feira Desjejum: Achocolatado pão c/ manteiga Merenda: arroz e feijão. Ensopadinho de patinho picado c/ inhame Salada: alface Sob: goiaba	Quinta-feira Desjejum: Iogurte Bisc. salgado Merenda: arroz e feijão. Ovos cozidos Chuchu e inhame refogados Salada: alface Sob: banana prata
SEMANA A (21/05/18 – 25/05/18)	Segunda-feira Desjejum: achocolatado Pão c/ manteiga Merenda: Macarrão com ovos Sob: maçã	Terça-feira Desjejum: iogurte biscoito doce Merenda: arroz e feijão. Isca de fígado acebolado c/ aipim Espinafre refogado Salada: alface e tomate Sob: laranja pêra.	Quarta-feira Desjejum: achocolatado pão c/ manteiga Merenda: arroz c/cenoura ralada e feijão. Picadinho de peito de frango c/ batata inglesa refogado salada: alface e tomate. 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 Salada: tomate e beterraba. Sob: poncã	Sexta-feira Desjejum: Achocolatado Biscoito doce Merenda: arroz c/cenoura e feijão Sobrecoxa Abóbora refogada Salada: alface e tomate. Sob: goiaba

SEMANA B (28/05 A 30/05/18) Obs: usar os gêneros da agricultura da semana anterior se sobrar.	segunda-feira Desjejum: Iogurte pão c/ manteiga Merenda: arroz e feijão. angu Carne picadinha (patinho) Sob: laranja pêra	terça-feira Desjejum: Achocolatado Biscoito doce Merenda: arroz e feijão. canjiquinha peito de frango refogado sob: maçã	quarta-feira Desjejum: Iogurte Bisc. salgado Merenda: arroz e feijão. farofa Músculo picadinho com espinafre Sob: gelatina	Quinta-feira FERIADO	Sexta-feira PONTO FACULTATIVO
--	--	---	---	---------------------------------------	--

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.
- Espinafre: creches e viviane verly.
- 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).

Flávia C. de Figueiredo
Nutricionista RT
Matr.: 10/3565 SME