

	Lanche da manhã: a partir das 08h	Almoço: a partir das 11h	Sobremesa	Lanche da tarde: a partir das 14h30
	1ª semana	1ª semana	1ª semana	1ª semana
3	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PLANELAJEAMENTO
4	CARNAVAL	CARNAVAL	CARNAVAL	PLANELAJEAMENTO
5	PONTO FACULTATIVO ATÉ 12h	PONTO FACULTATIVO ATÉ 12h	Planejamento escolar	Planejamento escolar
6	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão	Arroz, feijão, carne tiras refogada, salada de pepino caipira	Melão	Pão bisnaga c/mant, leite, melão
7	Pão bisnaga c/ requeijão caseiro, leite, maçã gala	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, salada de rabanete ralado	Mamão formosa	Pão bisnaga c/ requeijão caseiro, leite, maçã gala
	2ª semana	2ª semana	2ª semana	2ª semana
10	Pão bisnaga c/ mant, leite, melancia	A/F, macarrão parafuso ao sugo, carne moída IQF refogada, salada de pepino caipira	Melancia	Ovo mexido, melancia
11	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, pernil refogado com limão, repolho verde refogado	Maçã gala	Pão bisnaga c/ manteiga, leite, maçã gala
12	Pão bisnaga c/ mant, leite, banana nanica	Arroz, feijão, stroganoff de frango (peito), salada de alface	Banana nanica	Bolinha de batata doce rosada, leite, banana nanica
13	Pão bisnaga c/ mant, leite, abacaxi pérola	Arroz, feijão, tilápia ao forno, quiabo refogado	Abacaxi pérola	Pão bisnaga c/ manteiga, leite, abacaxi pérola
14	Ovo mexido, goiaba	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, batata doce rosada refogada	Goiaba	Bolo de banana (uva passa, suco de maçã), leite, goiaba
	Média semanal: Energia (kcal): 921/ Proteína: 35 gr/ Lipídeos: 34 gr/ Carboidratos: 131 gr/ Sódio: 773 mg. Valores de referência FNDE: Energia (kcal): 945 kcal/ Proteína: 24 a 35 gr/ Lipídeos: 26 a 37 gr; Carboidratos: 130 a 154 gr/ Sódio: 1400 mg.			
	3ª semana	3ª semana	3ª semana	3ª semana
17	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão	Arroz, feijão, polenta c/ carne tiras ao molho, quiabo refogado	Melão	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão
18	Ovo mexido, maçã gala	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, quibebe de abóbora japonesa	Maçã gala	Biscoito de polvilho, leite, maçã gala
19	Pão bisnaga c/ mant, leite, manga palmer	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada c/ batata, salada de almeirão	Manga palmer	Pão bisnaga c/ mant, leite, manga palmer
20	Pão bisnaga c/ mant, leite, mamão formosa	Arroz, feijão preto, pernil refogado, vinagrete	Mamão formosa	Pão bisnaga c/ manteiga, leite, mamão formosa
21	Ovo mexido, abacaxi pérola	Arroz, feijão, frango (sassami) ao molho de laranja, repolho verde refogado	Abacaxi pérola	Quibe de aveia, abacaxi pérola
	Média semanal: Energia (kcal): 894,75/ Proteína: 36 gr/ Lipídeos: 32 gr/ Carboidratos: 126 gr/ Sódio: 833 mg. Valores de referência FNDE: Energia (kcal): 945 kcal/ Proteína: 24 a 35 gr/ Lipídeos: 26 a 37 gr; Carboidratos: 130 a 154 gr/ Sódio: 1400 mg.			
	4ª semana	4ª semana	4ª semana	4ª semana
24	Ovo mexido, melancia	Arroz, feijão, carne moída IQF refogada, farofa de abobrinha brasileira	Melancia	Pão bisnaga c/ mant, leite, melancia
25	Pão bisnaga c/ mant, leite, maçã gala	Arroz, feijão, filé mignon suíno refogado, repolho roxo refogado	Maçã gala	Ovo mexido, maçã gala
26	Pão bisnaga c/ mant, leite, melão	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa refogada, salada de alface	Melão	Bolo banana (uva passa, suco de maçã), leite, melão
27	Pão bisnaga c/ mant, leite, goiaba	Arroz, tutu de feijão, pernil acebolado, acelga refogada	Goiaba	Pão bisnaga c/ mant, leite, goiaba
28	Ovo mexido, abacaxi pérola	Arroz, feijão, frango (peito) refogado, cenoura refogada	Abacaxi pérola	Torta de frango (peito), abacaxi pérola
	Média semanal: Energia (kcal): 931,48/ Proteína: 33 gr/ Lipídeos: 30 gr/ Carboidratos: 139 gr/ Sódio: 852,93 mg. Valores de referência FNDE: Energia (kcal): 945 kcal/ Proteína: 24 a 35 gr/ Lipídeos: 26 a 37 gr; Carboidratos: 130 a 154 gr/ Sódio: 1400 mg.			