

Cardápio E.M.E.I - 1ª SEMANA 2019

Horários	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Desjejum 7h/8h 	Iogurte Biscoito salgado	Suco manga Biscoito doce	Café com Leite Pão careca com margarina	Leite batido com banana /aveia Biscoito Salgado	Suco de Caju Pão Careca c/ Requeijão
Almoço 10h/12h-13h 	Macarrão (Espaguete) ao sugo Feijão Almôndegas com Cenoura ensopada	Arroz Feijão Frango em Cubos Salada de repolho com tomate	Arroz Feijão Ensopadinho de Moela c/ Batata doce Salada de alface c/ tomate	Arroz Feijão Nutritivo (Feijão chuchu, beterraba) Frango ensopado Couve refogada	Arroz c/ cenoura Feijão Ovos mexidos Salada de Alface e Tomate
Sobremesa	Goiaba	Pera	Tangerina	Laranja seleta	Banana prata
Lanche 14h/15h 	Suco de Maracujá Biscoito Rosquinha	Mingau de aveia	Leite Fermentado Biscoito doce	Suco de Uva Pão de forma com requeijão	Leite com achocolatado Biscoito Salgado
Jantar 16:30h -17h 	Arroz Feijão Isclas de Frango C/ Aipim	Arroz Feijão Carne picada Polenta Quiabo Refogada	Arroz Feijão Peixe Pirão Salada de Beterraba	Arroz Feijão Isca de Carne Purê de inhame	Canja de galinha (Arroz, frango e Cenoura)

Obs: As frutas ofertadas na sobremesa e legumes da guarnição poderão ser substituídas de acordo com a safra.

Av. Abílio Augusto Távora, 1806 – Bairro Da Luz – Nova Iguaçu / RJ – CEP 26.260-045

Superintendência de Alimentação Escolar – TEL (021) 37793742

Criado: Giselle R. dos S. Gomes CRN/09100343

Cardápio E.M.E.I - 2ª SEMANA 2019

Horários	Segunda- Feira	Terça - Feira	Quarta-Feira	Quinta- Feira	Sexta - Feira
Desjejum 7h/8h 	Suco de caju Biscoito salgado Requeijão	Café com Leite Biscoito doce	Suco de manga Pão Careca com Queijo Minas	Leite batido c/ banana Biscoito Salgado	Iogurte com Biscoito Rosquinha
Almoço 10h/12h-13h 	Arroz Feijão Omelete c/salsa Berinjela refogada Salada de Cenoura	Arroz Feijão Carne picadinha com Batata doce	Arroz Feijão Isca de Fígado Salada de alface c/ tomate	Arroz Feijão Carne ensopada com repolho	Arroz Feijão Frango em Cubos Abóbora Refogado
Sobremesa	Tangerina*	Banana prata	Manga*	Abacaxi*	Laranja seleta
Lanche 14h/15h 	Iogurte c/ cereal matinal Banana picadinha	Suco de Uva Mini bolo	Mingau de amido de milho	Suco maracujá Pão Careca com Margarina	Suco de Manga Biscoito salgado Mel em sachê
Jantar 16:30h -17h 	Macarrão parafuso ao sugo Feijão Frango refogado Salada de beterraba	Arroz Feijão Almôndegas Creme de aipim	Macarrão espaguete ao sugo Feijão Frango guisado c/ Quiabo	Arroz c/ Brócolis Feijão Escabeche de Peixe com colorau	Sopa de legumes (abobrinha, inhame, couve) com carne e macarrão Ave Maria

Obs: As frutas ofertadas na sobremesa e legumes da guarnição poderão ser substituídas de acordo com a safra.

Av. Abílio Augusto Távora, 1806 – Bairro Da Luz – Nova Iguaçu / RJ – CEP 26.260-045

Superintendência de Alimentação Escolar – TEL (021) 37793742

Criado: Giselle R. dos S. Gomes CRN/09100343

Cardápio E.M.E.I - 3ª SEMANA 2019

Horários	Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira
Desjejum 7h/8h 	Leite com achocolatado Biscoito salgado	Leite Fermentado Biscoito doce	Suco de uva Biscoito Rosquinha	Suco de manga Pão Careca c/ Queijo Minas	Leite batido c/ Banana Biscoito salgado
Almoço 10h/12h-13h 	Risoto de frango (Arroz, Frango e Cenoura) Feijão Farofa de banana Nanica	Arroz Feijão Carne Picada c/ Quiabo Salada de alface c/ tomate	Arroz c/ Cenoura Feijão Ensopadinho de Peixe com colorau Pirão	Arroz Feijão Isca de Fígado Purê de Batata doce	Arroz Feijão Isca de Carne ao Molho Salada de beterraba
Sobremesa	Laranja seleta	Tangerina*	Melancia*	Maçã	Mamão
Lanche 14h/15h 	Geléia de mocotó Biscoito Doce	Café c/ leite Biscoito salgado Margarina	Iogurte Pão careca c/ margarina	Mingau de Fubá	Suco de uva Pão forma com Requeijão
Jantar 16:30h -17h 	Macarrão parafuso Feijão Omelete c/ tomate	Macarrão Espaguete Feijão Frango c/ repolho	Arroz Feijão Isca de carne Purê de Inhame	Arroz Feijão Almôndegas ao molho Tomate Salada beterraba	Canja de Galinha (arroz, frango e Cenoura)




Obs: As frutas ofertadas na sobremesa e legumes da guarnição poderão ser substituídas de acordo com a safra.

Av. Abílio Augusto Távora, 1806 – Bairro Da Luz – Nova Iguaçu / RJ – CEP 26.260-045

Superintendência de Alimentação Escolar – TEL (021) 37793742

Criado: Giselle R. dos S. Gomes CRN/09100343

Cardápio E.M.E.I - 4ª SEMANA 2019

Horários	Segunda- Feira	Terça - Feira	Quarta-Feira	Quinta- Feira	Sexta – Feira Festivo
Desjejum 7h/8h 	Café c/ leite Biscoito salgado Mel em Sachê	Suco de Maracujá Biscoito salgado Requeijão	Suco de manga Pão Careca C/ Queijo Minas	Vitamina Banana / beterraba biscoito salgado	Mingau de Aveia Banana picadinha
Almoço 10h/12h-13h 	Macarrão Espaguete ao Sugo Feijão Ovo mexido c/ Salsa	Arroz c/ espinafre Feijão Frango Polenta	Arroz Feijão Peixe Jardineira de Legumes (cenoura, beterraba)	Risoto de frango (arroz, Frango e cenoura) Feijão Farofa de banana Nanica	Arroz Feijão Picadinho de carne Farofa Nutritiva (cenoura ralada, couve)
Sobremesa	Banana prata	Laranja seleta	Mamão	Banana Nanica	Laranja Seleta
Lanche 14h/15h 	Suco de maracujá Biscoito doce	Leite com achocolatado Biscoito doce	Suco de Caju Pão careca Requeijão	Suco de uva Biscoito doce	Canjica
Jantar 16:30h -17h 	Arroz Feijão Almôndegas Creme de aipim	Arroz Feijão Carne bovina c/ Quiabo Refogada	Macarrão Parafuso Feijão Ensopadinho de Frango Salada chuchu e tomate	Arroz Feijão Carne Ensopada com abóbora e Aipim	Sopa de legumes c/ carne e macarrão; (abóbora, inhame e repolho)

Obs: As frutas ofertadas na sobremesa e legumes da guarnição poderão ser substituídas de acordo com a safra.

Av. Abílio Augusto Távora, 1806 – Bairro Da Luz – Nova Iguaçu / RJ – CEP 26.260-045

Superintendência de Alimentação Escolar – TEL (021) 37793742

Criado: Giselle R. dos S. Gomes CRN/09100343