



Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar
Cardápio Fevereiro a Março / 2023 – Ensino Médio e Eja (Idade de 15 a 18 anos) – 1ª Semana

| Segunda -feira | Terça - feira | Quarta - feira | Quinta - feira | Sexta - feira |
|--|---|--|---|---|
| Desjejum – 6:45 às 7h | | | | |
| Leite com chocolate Pão com margarina | Leite com chocolate Biscoito salgado | Leite com chocolate Pão com requeijão | Leite com chocolate Biscoito doce | Leite com chocolate Pão com margarina |
| Refeição Manhã – 10 às 10:15h | | | | |
| Macarrão Penne com molho de tomate nutritivo e Almôndegas. | Arroz c/ Frango (sassami), Feijão. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete Fantasia ao Forno. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ batata. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sassami c/ legumes. Salada. |
| Refeição da Tarde – 16 às 16 : 15h | | | | |
| Macarrão Penne com molho de tomate nutritivo e Almôndegas. | Arroz c/ Frango (sassami), Feijão. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete Fantasia ao Forno. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ batata. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sassami c/ legumes. Salada. |
| Refeição Jantar – 20:30h | | | | |
| Macarrão Penne com molho de tomate nutritivo e Almôndegas. | Arroz c/ Frango (sassami), Feijão. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete Fantasia ao Forno. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ batata. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sassami c/ legumes. Salada. |

Bruna Santucci Occhiena –

Nutricionista CRN3 18721



Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar
Cardápio Fevereiro a Março / 2023 – Ensino Médio (Idade de 15 a 18 anos) – 2ª Semana

| Segunda -feira | Terça - feira | Quarta - feira | Quinta - feira | Sexta - feira |
|--|--|--|---|---|
| Desjejum - 6:45 às 7h | | | | |
| Leite com chocolate Pão com margarina | Leite com chocolate Biscoito salgado | Leite com chocolate Pão com margarina | logurte Biscoito doce | Leite com chocolate Pão com margarina |
| Refeição Manhã – 10 às 10:15h | | | | |
| Polenta c/ molho nutritivo de tomate e carne moída, Arroz. | Arroz, Feijão Nutritivo (acém em cubos). Farofa seca de couve ou repolho. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Chikens c/ legumes Assado. Salada. |
| Refeição da Tarde – 16 às 16:15 h | | | | |
| Polenta c/ molho nutritivo de tomate e carne moída, Arroz. | Arroz, Feijão Nutritivo (acém em cubos). Farofa seca de couve ou repolho. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Chikens c/ legumes Assado. Salada. |
| Refeição Jantar – 20:30h | | | | |
| Polenta c/ molho nutritivo de tomate e carne moída, Arroz. | Arroz, Feijão Nutritivo (acém em cubos). Farofa seca de couve ou repolho. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Chikens c/ legumes Assado. Salada. |

Bruna Santucci Occhiena

Bruna Santucci Occhiena - **Nutricionista CRN3 18721**



Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar
Cardápio Fevereiro a Março / 2023 – Ensino Médio e Eja (Idade de 15 a 18 anos) – 3ª Semana

| Segunda -feira | Terça - feira | Quarta - feira | Quinta - feira | Sexta - feira |
|---|---|--|--|---|
| Desjejum - 6:45 às 7h | | | | |
| Leite com chocolate Pão com margarina | Leite com chocolate Biscoito salgado | Leite com chocolate Pão com margarina | Leite com chocolate Biscoito doce | Leite com chocolate Pão com margarina |
| Refeição Manhã – 10 às 10:15h | | | | |
| Macarrão Penne com molho de tomate nutritivo e carne moída. | Arroz, Feijão, Lingüiça assada. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete Fantasia ao Forno. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em cubos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sassami c/ legumes. Salada. |
| Refeição da Tarde – 16 às 16:15 h | | | | |
| Macarrão Penne com molho de tomate nutritivo e carne moída. | Arroz, Feijão, Lingüiça assada. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete Fantasia ao Forno. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em cubos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sassami c/ legumes. Salada. |
| Refeição Jantar – 20:30h | | | | |
| Macarrão Penne com molho de tomate nutritivo e carne moída. | Arroz, Feijão, Lingüiça assada. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Omelete Fantasia ao Forno. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Carne em cubos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sassami c/ legumes. Salada. |

Bruna Santucci Occhiena – **Nutricionista CRN3 18721**



Prefeitura Municipal de Capão Bonito - Setor de Alimentação Escolar
Cardápio Fevereiro a Março / 2023 – Ensino Médio e Eja (Idade de 15 a 18 anos) – 4ª Semana

| Segunda -feira | Terça - feira | Quarta - feira | Quinta - feira | Sexta - feira |
|--|---|--|--|--|
| Desjejum - 6:45 às 7h | | | | |
| Leite com chocolate Pão com margarina | Leite com chocolate Biscoito salgado | Leite com chocolate Pão com margarina | Leite com chocolate Biscoito doce | Leite com chocolate Pão com margarina |
| Refeição Manhã – 10 às 10:15h | | | | |
| Polenta c/ molho nutritivo de tomate e carne moída, Arroz. | Arroz, Feijão Nutritivo (acém em cubos). Farofa seca de couve ou repolho. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Quibe Assado. Salada. |
| Refeição da Tarde – 16 às 16:15 h | | | | |
| Polenta c/ molho nutritivo de tomate e carne moída, Arroz. | Arroz, Feijão Nutritivo (acém em cubos). Farofa seca de couve ou repolho. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Quibe Assado. Salada. |
| Refeição Jantar – 20:30h | | | | |
| Polenta c/ molho nutritivo de tomate e carne moída, Arroz. | Arroz, Feijão Nutritivo (acém em cubos). Farofa seca de couve ou repolho. Fruta. | Arroz, Feijão, Farofa de ovos c/ legumes. Salada. Fruta. | Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada. Salada. Fruta | Arroz, Feijão, Quibe Assado. Salada. |

Bruna Santucci Occhiena

Nutricionista CRN3 18721