



**Cardápio Merenda Escolar**  
**Prefeitura do Município de Saltinho**  
**Único/2022**

**Maternal II, Pré-escola e Fundamental I – 4 a 10 anos**

**1ª Semana**

DATA	LANCHE MANHÃ/TARDE	ALMOÇO
2ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, pão hot dog c/ requeijão e fruta	Arroz, Feijão, Omelete de forno, Salada
3ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, mingau de aveia c/ canela e fruta	Arroz, Feijão, Carne moída à primavera, Salada
4ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, pão francês c/ queijo e fruta	Macarrão com tiras de carne, Salada
5ª feira	logurte com frutas picadas e aveia em flocos	Arroz, Feijão, Carne de panela com legumes, Salada
6ª feira	Pão francês c/ carne moída, suco e fruta	Arroz, Cuscuz, Salada

**2ª Semana**

DATA	LANCHE MANHÃ/TARDE	ALMOÇO
2ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, bolacha e fruta	Polenta ao molho c/ Carne moída, Salada
3ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, pão hot dog c/ queijo e fruta	Arroz, Strogonoff de Frango, Salada
4ª feira	Torta de legumes, suco e fruta	Macarrão à bolonhesa, Salada
5ª feira	logurte com frutas picadas e aveia em flocos	Arroz, Feijão, Frango assado, Salada
6ª feira	Pão francês c/ frango desfiado, suco e fruta	Arroz, Feijão, Bife grelhado acebolado, Salada

**3ª Semana**

DATA	LANCHE MANHÃ/TARDE	ALMOÇO
2ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, pão hot dog c/ margarina e fruta	Macarrão ao sugo c/ apresuntado, mozzarella, Salada
3ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, mingau de aveia c/ canela e fruta	Arroz, Feijão, purê de batata, tilápia assada c/ molho de tomate
4ª feira	Bolo simples, Leite c/ chocolate em pó 50% cacau e fruta	Risoto de Frango, Salada
5ª feira	logurte com frutas picadas e aveia em flocos	Arroz, Feijão, Almôndega ao sugo, Salada
6ª feira	Pão francês c/ mozzarella e apresuntado, suco e fruta	Canja de frango com legumes

**4ª Semana**

DATA	LANCHE MANHÃ/TARDE	ALMOÇO
2ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, bolacha e fruta	Arroz, Feijão, Carne moída c/ legumes, Salada
3ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, pão hot dog c/ queijo e fruta	Arroz, Feijão, Pernil em cubos cozido acebolado, Salada
4ª feira	Torta de legumes, suco e fruta	Macarrão à bolonhesa, Salada
5ª feira	logurte com frutas picadas e aveia em flocos	Arroz, Feijão, Carne de panela com legumes, Salada
6ª feira	Pão francês c/ carne moída, suco e fruta	Polenta ao molho c/ Frango, Salada

**5ª Semana**

DATA	LANCHE MANHÃ/TARDE	ALMOÇO
2ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, pão hot dog c/ margarina e fruta	Arroz, Feijão, Bife grelhado acebolado, Salada
3ª feira	Ovo mexido, suco e fruta	Arroz, Feijão, Escondidinho de carne, Salada
4ª feira	Leite c/ chocolate em pó 50% cacau, pão francês c/ queijo e fruta	Arroz, Cuscuz, Salada
5ª feira	logurte com frutas picadas e aveia em flocos	Arroz, Strogonoff de carne, Salada
6ª feira	Pão francês c/ frango desfiado, suco e fruta	Sopa de feijão com legumes e carne moída

OBS! os cardápios poderão ser alterados no decorrer do mês, sem aviso prévio, em razão das entregas dos fornecedores.

**Cardápio elaborado de acordo com o Programa Nacional de Alimentação Escolar e o Guia Alimentar para a População Brasileira.**

Nutricionista Livia Peruchi Monteiro  
 CRN3 52604