

## CARDÁPIO Ensino Fundamental e Médio EIC - MAIO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			01/mai	02/mai	03/mai
<b>Saladas</b>			<b>FERIADO</b>	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
<b>Pratos Quentes</b>				Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
				Fusilli	Espaguete
				Farofa Canja	Batata corada
				Carne de panela Isclas de frango grelhada	Mini Hamburguinho caseiro Estrogonofe de frango
			08/mai	09/mai	10/mai
<b>Saladas</b>	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Fusilli	Espaguete	Fusilli	Espaguete	Fusilli
	Farofa Legumes sauté	Bolinho de arroz	Farofa Purê de batata	Polenta	Farofa Batata rústica com alecrim
	Carne moída refogada com batatas Isclas de frango grelhadas	Estrogonofe de carne Coxinha da asa assada	Filé de tilápia à dorê Almôndegas caseiras ao molho sugo	Bife acebolado Estrogonofe de frango	Panqueca de carne Frango grelhado
			15/mai	16/mai	17/mai
<b>Saladas</b>	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão
	Fusilli	Espaguete	Fusilli	Espaguete	Fusilli
	Creme de milho	Farofa Ovo cozido	Batatas Saltê	Farofa Purê de batata	Canja
	Frango à milanesa Bife acebolado	Carne moída refogada com batatas Isclas de frango grelhadas	Panqueca de carne Estrogonofe de frango	Linguiça de pernil assada Almôndegas caseiras	Estrogonofe de carne Coxinha da asa assada
			22/mai	23/mai	24/mai
<b>Saladas</b>	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	Mix de folhas verdes Saladas cozidas e cruas	<b>RECESSO ESCOLAR VII SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO DA REDE SANTA PAULINA</b>	<b>RECESSO ESCOLAR VII SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO DA REDE SANTA PAULINA</b>
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão		
	Fusilli	Espaguete	Fusilli		
	Farofa Legumes salteados	Polenta	Farofa Creme de milho		
	Filé de tilápia à dorê Carne moída refogada com batatas	Mini hamburguer caseiro Filé de frango grelhado	Frango à milanesa Bife acebolado		
			29/mai	30/mai	31/mai
<b>Saladas</b>	Mix de folhas verdes Salada cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Salada cruas e cozidas	Mix de folhas verdes Salada cruas e cozidas	<b>FERIADO CORPUS CHRISTI</b>	<b>RECESSO CORPUS CHRISTI</b>
<b>Pratos Quentes</b>	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão	Arroz Arroz integral Feijão		
	Caracolino	Espaguete	Fusilli		
	Batata corada	Farofa Purê de batata	Batata doce		
	Estrogonofe de carne Coxinha da asa assada	Almôndegas caseiras assadas Isclas de frango grelhadas	Panqueca de carne Estrogonofe de frango		

**Informações Importantes**

Obs1.: O Cardápio poderá sofrer alguma alteração ou substituição devido às condições organolépticas (cor, sabor, texturas e odor) das frutas e verduras.

Obs2.: O Cardápio poderá sofrer alteração ou substituição sem aviso prévio caso alguma das opções informadas não esteja disponível.

As folhas verdes servidas são: alface, rúcula, agrião. Saladas cruas e cozidas: cenoura, tomate, beterraba, pepino, repolho.

Legumes que são servidos conforme o cardápio: couve flor, brócolis, cenoura, abobrinha, berinjela, vagem.

A preparação Coxa e sobrecoxa de frango é **assada** e sem pele e sem osso.

**Atenção: Panquecas contém leite e ovos. Bolinho de arroz contém ovos. Fricassê de frango contém farinha e leite. Creme de milho contém leite.**

Cardápio elaborado e acompanhamento nutricional pela nutricionista Greice Bordignon CRN 0571