DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

www.canitar.sp.gov.br | www.imprensaoficialmunicipal.com.br/canitar

SUMÁRIO

Poder Executivo 2
Conselhos Municipais 2
Conselho Municipal de Alimentação Escolar - CAE 2

EXPEDIENTE

O Diário Oficial do Município de Canitar, veiculado exclusivamente na forma eletrônica, é uma publicação das entidades da Administração Direta e Indireta deste Município, sendo referidas entidades inteiramente responsáveis pelo conteúdo aqui publicado.

ACERVO

As edições do Diário Oficial Eletrônico de Canitar poderão ser consultadas através da internet, por meio do seguinte endereço eletrônico: www.canitar.sp.gov.br
Para pesquisa por qualquer termo e utilização de filtros, acesse www.imprensaoficialmunicipal.com.br/canitar
As consultas e pesquisas são de acesso gratuito e independente de qualquer cadastro.

ENTIDADES

Prefeitura Municipal de Canitar
CNPJ 57.264.517/0001-05
Rua Joaquim Bernardo de Mendonça, S/N
Telefone: (14) 3343-9100
Site: www.canitar.sp.gov.br
Diário: www.imprensaoficialmunicipal.com.br/canitar

Câmara Municipal de Canitar
CNPJ 57.264.954/0001-29
Rua Manoel Ligeiro, 49
Telefone: (14) 3343-1222
Site: www.camaracanitar.com.br

Diário Oficial Assinado Eletronicamente com Certificado Padrão ICPBrasil, em conformidade com a MP nº 2.200-2, de 2001

O Município de Canitar garante a autenticidade deste documento, desde que visualizado através do site www.canitar.sp.gov.br

Compilado e também disponível em www.imprensaoficialmunicipal.com.br/canitar

PODER EXECUTIVO

Conselhos Municipais

Conselho Municipal de Alimentação Escolar - CAE

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 09-01	TERÇA 10-01	QUARTA 11-01	QUINTA 12-01	SEXTA 13-01
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE ARROZ (arroz, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE FUBÁ (fubá, ovo, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42
LANCHE DA TARDE	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 16-01	TERÇA 17-01	QUARTA 18-01	QUINTA 19-01	SEXTA 20-01
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE ARROZ (arroz, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE FUBÁ (fubá, ovo, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42
LANCHE DA TARDE	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 23-01	TERÇA 24-01	QUARTA 25-01	QUINTA 26-01	SEXTA 27-01
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE ARROZ (arroz, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE FUBÁ (fubá, ovo, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42
LANCHE DA TARDE	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 30-01	TERÇA 31-01	QUARTA 01-02	QUINTA 02-02	SEXTA 03-02
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE ARROZ (arroz, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE FUBÁ (fubá, ovo, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42
LANCHE DA TARDE	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 09-01	TERÇA 10-01	QUARTA 11-01	QUINTA 12-01	SEXTA 13-01
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	LEITE Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE ARROZ (arroz, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	PAPA DE FUBÁ (fubá, ovo, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	SOPA DE MACARRÃO (macarrão ave maria, carne moída, cenoura, chuchu, abobrinha paulista, abobrinha brasileira) Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42
LANCHE DA TARDE	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	LEITE +FRUTA AMASSADA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 09-01	TERÇA 10-01	QUARTA 11-01	QUINTA 12-01	SEXTA 13-01
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 16-01	TERÇA 17-01	QUARTA 18-01	QUINTA 19-01	SEXTA 20-01
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *JANEIRO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 23-01	TERÇA 24-01	QUARTA 25-01	QUINTA 26-01	SEXTA 27-01
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

JANEIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 30-01	TERÇA 31-01	QUARTA 01-02	QUINTA 02-02	SEXTA 03-02
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

FEVEREIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 06-02	TERÇA 07-02	QUARTA 08-02	QUINTA 09-02	SEXTA 10-02
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

FEEREIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 13-02	TERÇA 14-02	QUARTA 15-02	QUINTA 16-02	SEXTA 17-02
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *FEVEREIRO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 20-02	TERÇA 21-02	QUARTA 22-02	QUINTA 23-02	SEXTA 24-02
CAFÉ DA MANHÃ				PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO				ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE				DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

FEVEREIRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 27-02	TERÇA 28-02			
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g			
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g			
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g			

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 15 de 199**

MARÇO /2023 – CRECHE

	SEGUNDA 06-03	TERÇA 07-03	QUARTA 08-03	QUINTA 09-03	SEXTA 10-03
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *MARÇO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 13-03	TERÇA 14-03	QUARTA 15-03	QUINTA 16-03	SEXTA 17-03
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 17 de 199**

MARÇO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 20-03	TERÇA 21-03	QUARTA 22-03	QUINTA 23-03	SEXTA 24-03
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

MARÇO - CRECHE

	SEGUNDA 27-03	TERÇA 28-03	QUARTA 29-03	QUINTA 30-03	
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	

ABRIL/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 03-04	TERÇA 04-04	QUARTA 05-04	QUINTA 06-04	SEXTA 07-04
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	

ABRIL/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 10-04	TERÇA 11-04	QUARTA 12-04	QUINTA 13-04	SEXTA 14-04
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *ABRIL/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 17-04	TERÇA 18-04	QUARTA 19-04	QUINTA 20-04	SEXTA 21-04
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	

ABRIL/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 24-04	TERÇA 25-04	QUARTA 26-04	QUINTA 27-04	SEXTA 28-04
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

MAIO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 01-05	TERÇA 02-05	QUARTA 03-05	QUINTA 04-05	SEXTA 05-05
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

MAIO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 08-05	TERÇA 09-05	QUARTA 10-05	QUINTA 11-05	SEXTA 12-05
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *MAIO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 15-05	TERÇA 16-05	QUARTA 17-05	QUINTA 18-05	SEXTA 19-05
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 27 de 199**

MAIO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 22-05	TERÇA 23-05	QUARTA 24-05	QUINTA 25-05	SEXTA 26-05
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

MAIO– CRECHE 2023

	SEGUNDA 29-05	TERÇA 30-05	QUARTA 31-05		
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g		
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO C/ BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g		
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU		

JUNHO/2023 – CRECHE

				QUINTA 01-06	SEXTA 02-06
CAFÉ DA MANHÃ				PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO				ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE				DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 30 de 199**

JUNHO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 05-06	TERÇA 06-06	QUARTA 07-06	QUINTA 08-06	SEXTA 09-06
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g		ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g		PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *JUNHO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 12-06	TERÇA 13-06	QUARTA 14-06	QUINTA 15-06	SEXTA 16-06
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

JUNHO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 19-06	TERÇA 20-06	QUARTA 21-06	QUINTA 22-06	SEXTA 23-06
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

JUNHO– CRECHE 2023

	SEGUNDA 26-06	TERÇA 27-06	QUARTA 28-06	QUINTA 29-06	SEXTA 30-06
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO C/ BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE MOIDA C BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU	FRUTA VITAMINA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 34 de 199**

JULHO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 03-07	TERÇA 04-07	QUARTA 05-07	QUINTA 06-07	SEXTA 07-07
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 35 de 199**

JULHO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 10-07	TERÇA 11-07	QUARTA 12-07	QUINTA 13-07	SEXTA 14-07
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *JULHO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 17-07	TERÇA 18-07	QUARTA 19-07	QUINTA 20-07	SEXTA 21-07
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 37 de 199**

JULHO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 24-07	TERÇA 25-07	QUARTA 26-07	QUINTA 27-07	SEXTA 28-07
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

JULHO– CRECHE 2023

	SEGUNDA 31-07				
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g				
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42				
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g				

AGOSTO/2023 – CRECHE

		TERÇA 01-08	QUARTA 02-08	QUINTA 03-08	SEXTA 04-08
CAFÉ DA MANHÃ		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO		ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE		ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 40 de 199**

AGOSTO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 07-08	TERÇA 08-08	QUARTA 09-08	QUINTA 10-08	SEXTA 11-08
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *AGOSTO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 14-08	TERÇA 15-08	QUARTA 16-08	QUINTA 17-08	SEXTA 18-08
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

AGOSTO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 21-08	TERÇA 22-08	QUARTA 23-08	QUINTA 24-08	SEXTA 25-08
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 43 de 199**

AGOSTO– CRECHE

	SEGUNDA 28-08	TERÇA 29-08	QUARTA 30-08	QUINTA 31-08	
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO C/ BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE MOIDA C BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU	FRUTA VITAMINA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	

SETEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 04-09	TERÇA 05-09	QUARTA 06-09	QUINTA 07-09	SEXTA 08-09
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g		ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g		PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 45 de 199**

SETEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 11-09	TERÇA 12-09	QUARTA 13-09	QUINTA 14-09	SEXTA 15-09
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *SETEMBRO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 18-09	TERÇA 19-09	QUARTA 20-09	QUINTA 21-09	SEXTA 22-09
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

SETEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 25-09	TERÇA 26-09	QUARTA 27-09	QUINTA 28-09	SEXTA 29-09
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

OUTUBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 02-10	TERÇA 03-10	QUARTA 04-10	QUINTA 05-10	SEXTA 06-10
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 50 de 199**

OUTUBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 09-10	TERÇA 10-10	QUARTA 11-10	QUINTA 12-10	SEXTA 13-10
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g		ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g		PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *OUTUBRO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 16-10	TERÇA 17-10	QUARTA 18-10	QUINTA 19-10	SEXTA 20-10
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

OUTUBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 23-10	TERÇA 24-10	QUARTA 25-10	QUINTA 26-10	SEXTA 27-10
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

- **OUTUBRO**– *CRECHE*

	SEGUNDA 30-10	TERÇA 31-10	QUARTA 07-12	QUINTA 08-12	SEXTA 09-12
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO C/ BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE MOIDA C BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU	FRUTA VITAMINA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

NOVEMBRO/2023 – CRECHE

			QUARTA 01-11	QUINTA 02-11	SEXTA 03-11
CAFÉ DA MANHÃ			PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO			ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g		ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE			PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g		PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 | **Ano VI | Edição nº 800** | **Página 55 de 199**

NOVEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 06-11	TERÇA 07-1	QUARTA 08-11	QUINTA 09-11	SEXTA 10-11
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *NOVEMBRO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 13-11	TERÇA 14-11	QUARTA 15-11	QUINTA 16-11	SEXTA 17-11
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42		ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g		DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

NOVEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 20-11	TERÇA 21-11	QUARTA 22-11	QUINTA 23-11	SEXTA 24-11
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

NOVEMBRO– CRECHE

	SEGUNDA 27-11	TERÇA 28-11	QUARTA 29-11	QUINTA 30-11	
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO C/ BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE MOIDA C BATATA SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU	FRUTA VITAMINA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	

DIÁRIO OFICIAL
MUNICÍPIO DE CANITAR

Conforme Lei Municipal nº 657, de 26 de setembro de 2018

Segunda-feira, 23 de janeiro de 2023 **Ano VI | Edição nº 800** **Página 59 de 199**

DEZEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 04-12	TERÇA 05-12	QUARTA 06-12	QUINTA 07-12	SEXTA 08-12
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STRONOGOFF DE CARNE SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO PEIXE SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ DOCE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DE BATATA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DEZEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 11-12	TERÇA 12-12	QUARTA 13-12	QUINTA 14-12	SEXTA 15-12
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA TOMATE C/ PEPINO Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO C BATATA SALADA ALFACE+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C MOLHO DE CARNE MOIDA SALADA COUVE+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA CHUCHU+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO FRANGO EM CUBOS REFOGADO C/ VAGEM E CENOURA SALADA ACELGA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68g LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	TORTA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO D CENOURA INDIVIDUAL LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

- *DEZEMBRO/2023 – CRECHE*

	SEGUNDA 18-12	TERÇA 19-12	QUARTA 20-12	QUINTA 21-12	SEXTA 22-12
CAFÉ DA MANHÃ	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO	ARROZ +FEIJÃO OMELETE SALADA DE REPOLHO+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ +FEIJÃO FRANGO EM CUBOS C MOLHO SALADA DE ALFACE+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA SALADA DE COUVE PICADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C BATATA SALADA DE LEGUMES+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO PEIXE PURÊ DE MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA+FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO+FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃOZINHO DE AVEIA E LEITE C CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DE QUEIJO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ PERNIL DESFIADO SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ESFIHA DE FRANGO SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

DEZEMBRO/2023 – CRECHE

	SEGUNDA 25-12	TERÇA 26-12	QUARTA 27-12	QUINTA 28-12	SEXTA 29-12
CAFÉ DA MANHÃ		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO + LEITE C CACAU Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g
ALMOÇO		ARROZ+ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA+ FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ+ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C PERNIL SALADA+ FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ +FEIJÃO CARNE DE PANELA C LEGUMES SALADA+ FRUTA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ+ FEIJÃO POLENTA C CARNE MOIDA SALADA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE		TORTA DE LEGUMES SUCO Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BROA DE FUBÁ LEITE C CACAU Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA VITAMINA DE FRUTAS C/ AVEIA Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO+ FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

- **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (30/01)	**Terça-feira (31/01)**	**Quarta-feira (01/02)**	**Quinta-feira (02/02)**	**Sexta-feira (03/02)**
	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (06/02)	**Terça-feira (07/02)**	**Quarta-feira (08/02)**	**Quinta-feira (09/02)**	**Sexta-feira (10/02)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI – FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (13/02)	**Terça-feira (14/02)**	**Quarta-feira (15/02)**	**Quinta-feira (16/02)**	**Sexta-feira (17/02)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (20/02)	**Terça-feira (21/02)**	**Quarta-feira (22/02)**	**Quinta-feira (23/02)**	**Sexta-feira (24/02)**
	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
Tarde – 14:00h	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MARÇO–2023

	Segunda-feira (27-02)	**Terça-feira (28-02)**	**Quarta-feira (01-03)**	**Quinta-feira (02-03)**	**Sexta-feira (03-03)**
Manhã – 9:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	TORTA DE FRANGO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, peito de frango, tomate, cenoura, margarina, amido de milho, leite, óleo, sal, açúcar) FRUTA/ SUCO Kcal: 298,39 CHO: 22,66g PTN: 18,27g LIP: 14,72	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MARÇO –2023

	Segunda-feira (06/03)	**Terça-feira (07/03)**	**Quarta-feira (08/03)**	**Quinta-feira (09/03)**	**Sexta-feira (10/03)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	PÃO DORIL C/ CARNE PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MARÇO –2023

	Segunda-feira (13/03)	**Terça-feira (14/03)**	**Quarta-feira (15/03)**	**Quinta-feira (16/03)**	**Sexta-feira (17/03)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	TORTA DE FRANGO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, peito de frango, tomate, cenoura, margarina, amido de milho, leite, óleo, sal, açúcar) FRUTA/ SUCO Kcal: 298,39 CHO: 22,66g PTN: 18,27g LIP: 14,72	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MARÇO –2023

	Segunda-feira (20/03)	**Terça-feira (21/03)**	**Quarta-feira (22/03)**	**Quinta-feira (23/03)**	**Sexta-feira (24/03)**
	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MARÇO –2023

	Segunda-feira (27/03)	**Terça-feira (28/03)**	**Quarta-feira (29/03)**	**Quinta-feira (30/03)**	**Sexta-feira (31/03)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– ABRIL –2023

	Segunda-feira (03-04)	**Terça-feira (04-04)**	**Quarta-feira (05-04)**	**Quinta-feira (06-04)**	**Sexta-feira (07-04)**
Manhã – 9:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	FERIADO
Tarde – 14:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	FERIADO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– ABRIL –2023

	Segunda-feira (10/04)	**Terça-feira (11/04)**	**Quarta-feira (12/04)**	**Quinta-feira (13/04)**	**Sexta-feira (14/04)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– ABRIL –2023

	Segunda-feira (17/04)	**Terça-feira (18/04)**	**Quarta-feira (19/04)**	**Quinta-feira (20/04)**	**Sexta-feira (21/04)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	FERIADO
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	FERIADO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– ABRIL –2023

	Segunda-feira (24/04)	**Terça-feira (25/04)**	**Quarta-feira (26/04)**	**Quinta-feira (27/04)**	**Sexta-feira (28/04)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MAIO –2023

	Segunda-feira (01/05)	**Terça-feira (02/05)**	**Quarta-feira (03/05)**	**Quinta-feira (04/05)**	**Sexta-feira (05/05)**
	FERIADO	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g
Tarde – 14:00h	FERIADO	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MAIO –2023

	Segunda-feira (08/05)	**Terça-feira (09/05)**	**Quarta-feira (10/05)**	**Quinta-feira (11/05)**	**Sexta-feira (12/05)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MAIO –2023

	Segunda-feira (15/05)	**Terça-feira (16/05)**	**Quarta-feira (17/05)**	**Quinta-feira (18/05)**	**Sexta-feira (19/05)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	FERIADO
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE FRANGO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, peito de frango, tomate, cenoura, margarina, amido de milho, leite, óleo, sal, açúcar) FRUTA/ SUCO Kcal: 298,39 CHO: 22,66g PTN: 18,27g LIP: 14,72	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	FERIADO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MAIO –2023

	Segunda-feira (22/05)	**Terça-feira (23/05)**	**Quarta-feira (24/05)**	**Quinta-feira (25/05)**	**Sexta-feira (26/05)**
	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– MAIO –2023

	Segunda-feira (27-06)	**Terça-feira (28-06)**	**Quarta-feira (29-06)**	**Quinta-feira (30-06)**	**Sexta-feira (01-07)**
	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO OMELETE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	CANJA DE FRANGO	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA SALADA Kcal: 234,54 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO OMELETE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	CANJA DE FRANGO	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (29/05)	**Terça-feira (30/05)**	**Quarta-feira (31/05)**	**Quinta-feira (01/06)**	**Sexta-feira (02/06)**
	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (05/06)	**Terça-feira (06/06)**	**Quarta-feira (07/06)**	**Quinta-feira (08/06)**	**Sexta-feira (09/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTIVO
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FERIADO	PONTO FACULTIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (12/06)	**Terça-feira (13/06)**	**Quarta-feira (14/06)**	**Quinta-feira (15/06)**	**Sexta-feira (16/06)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE FRANGO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, peito de frango, tomate, cenoura, margarina, amido de milho, leite, óleo, sal, açúcar) FRUTA/ SUCO Kcal: 298,39 CHO: 22,66g PTN: 18,27g LIP: 14,72	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI – JUNHO – 2023

	Segunda-feira (19/06)	**Terça-feira (20/06)**	**Quarta-feira (21/06)**	**Quinta-feira (22/06)**	**Sexta-feira (23/06)**
	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (26/06)	**Terça-feira (27/06)**	**Quarta-feira (28/06)**	**Quinta-feira (29/06)**	**Sexta-feira (30/06)**
	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (29/05)	**Terça-feira (30/05)**	**Quarta-feira (31/05)**	**Quinta-feira (01/06)**	**Sexta-feira (02/06)**
	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (05/06)	**Terça-feira (06/06)**	**Quarta-feira (07/06)**	**Quinta-feira (08/06)**	**Sexta-feira (09/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTIVO
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FERIADO	PONTO FACULTIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (12/06)	**Terça-feira (13/06)**	**Quarta-feira (14/06)**	**Quinta-feira (15/06)**	**Sexta-feira (16/06)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	TORTA DE FRANGO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, peito de frango, tomate, cenoura, margarina, amido de milho, leite, óleo, sal, açúcar) FRUTA/ SUCO Kcal: 298,39 CHO: 22,66g PTN: 18,27g LIP: 14,72	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI – JUNHO – 2023

	Segunda-feira (19/06)	**Terça-feira (20/06)**	**Quarta-feira (21/06)**	**Quinta-feira (22/06)**	**Sexta-feira (23/06)**
	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JUNHO –2023

	Segunda-feira (26/06)	**Terça-feira (27/06)**	**Quarta-feira (28/06)**	**Quinta-feira (29/06)**	**Sexta-feira (30/06)**
	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JULHO –2023

	Segunda-feira (03/07)	**Terça-feira (04/07)**	**Quarta-feira (05/07)**	**Quinta-feira (06/07)**	**Sexta-feira (07/07)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– JULHO –2023

	Segunda-feira (10/07)	**Terça-feira (11/07)**	**Quarta-feira (12/07)**	**Quinta-feira (13/07)**	**Sexta-feira (14/07)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– AGOSTO –2023

	Segunda-feira (31/07)	**Terça-feira (01/08)**	**Quarta-feira (02/08)**	**Quinta-feira (03/08)**	**Sexta-feira (04/08)**
	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO LEITE FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES FRUTA Kcal: 241,24 CHO: 31,5g PTN: 19,48g LIP: 4,54g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– AGOSTO –2023

	Segunda-feira (07/08)	**Terça-feira (08/08)**	**Quarta-feira (09/08)**	**Quinta-feira (10/08)**	**Sexta-feira (11/08)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO FEIJÃO C CALABRESA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO LEITE FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI – AGOSTO –2023

	Segunda-feira (14/08)	**Terça-feira (15/08)**	**Quarta-feira (16/08)**	**Quinta-feira (17/08)**	**Sexta-feira (18/08)**
Manhã – 9:00h	PONTO FACULTAIVO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	PONTO FACULTAIVO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– AGOSTO –2023

	Segunda-feira (21/08)	**Terça-feira (22/08)**	**Quarta-feira (23/08)**	**Quinta-feira (24/08)**	**Sexta-feira (25/08)**
	ARROZ DOCE FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO PRETO COM PERNIL E CALABRESA SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ TUTU DE FEIJÃO C CALABRESA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	CANJICA C AMENDOIM Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ DOCE FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO PRETO COM PERNIL E CALABRESA SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ TUTU DE FEIJÃO C CALABRESA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	CANJICA C AMENDOIM Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– AGOSTO –2023

	Segunda-feira (28/08)	**Terça-feira (29/08)**	**Quarta-feira (30/08)**	**Quinta-feira (31/08)**	**Sexta-feira (01/09)**
	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (04/09)	**Terça-feira (05/09)**	**Quarta-feira (06/09)**	**Quinta-feira (07/09)**	**Sexta-feira (08/09)**
	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO LEITE FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (11/09)	**Terça-feira (12/09)**	**Quarta-feira (13/09)**	**Quinta-feira (14/09)**	**Sexta-feira (15/09)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO LEITE FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI – SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (18/09)	Terça-feira (19/09)	Quarta-feira (20/09)	Quinta-feira (21/09)	Sexta-feira (22/09)
Manhã – 9:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	TORTA DE FRANGO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, peito de frango, tomate, cenoura, margarina, amido de milho, leite, óleo, sal, açúcar) FRUTA/ SUCO Kcal: 298,39 CHO: 22,66g PTN: 18,27g LIP: 14,72	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (25/09)	**Terça-feira (26/09)**	**Quarta-feira (27/09)**	**Quinta-feira (28/09)**	**Sexta-feira (29/09)**
	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g
Tarde – 14:00h	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (02-10)	**Terça-feira (03-10)**	**Quarta-feira (04-10)**	**Quinta-feira (05-10)**	**Sexta-feira (06-10)**
	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO LEITE FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CACAU EM PÓ Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (09/10)	**Terça-feira (10/10)**	**Quarta-feira (11/10)**	**Quinta-feira (12/10)**	**Sexta-feira (13/10)**
Manhã – 9:00h	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Tarde – 14:00h	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI – OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (16/10)	**Terça-feira (17/10)**	**Quarta-feira (18/10)**	**Quinta-feira (19/10)**	**Sexta-feira (20/10)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	TORTA DE FRANGO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, peito de frango, tomate, cenoura, margarina, amido de milho, leite, óleo, sal, açúcar) FRUTA/ SUCO Kcal: 298,39 CHO: 22,66g PTN: 18,27g LIP: 14,72	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (23/10)	**Terça-feira (24/10)**	**Quarta-feira (25/10)**	**Quinta-feira (26/10)**	**Sexta-feira (27/10)**
	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (30-10)	**Terça-feira (31-10)**	**Quarta-feira (01-11)**	**Quinta-feira (02-11)**	**Sexta-feira (03-11)**
	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (06/11)	**Terça-feira (07/11)**	**Quarta-feira (08/11)**	**Quinta-feira (09/11)**	**Sexta-feira (10/11)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI – NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (13/11)	**Terça-feira (14/11)**	**Quarta-feira (15/11)**	**Quinta-feira (16/11)**	**Sexta-feira (17/11)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	PÃO DORIL C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (20/11)	**Terça-feira (21/11)**	**Quarta-feira (22/11)**	**Quinta-feira (23/11)**	**Sexta-feira (24/11)**
	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEI– NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (27/11)	**Terça-feira (28/11)**	**Quarta-feira (29/11)**	**Quinta-feira (30/11)**	**Sexta-feira (01/12)**
	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	PÃO DORIL C/ REQUEIJÃO SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (30/01)	**Terça-feira (31/01)**	**Quarta-feira (01/02)**	**Quinta-feira (02/02)**	**Sexta-feira (03/02)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (06/02)	**Terça-feira (07/02)**	**Quarta-feira (08/02)**	**Quinta-feira (09/02)**	**Sexta-feira (10/02)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (13/02)	**Terça-feira (14/02)**	**Quarta-feira (15/02)**	**Quinta-feira (16/02)**	**Sexta-feira (17/02)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g
Tarde – 14:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – FEVEREIRO –2023

	Segunda-feira (20/02)	**Terça-feira (21/02)**	**Quarta-feira (22/02)**	**Quinta-feira (23/02)**	**Sexta-feira (24/02)**
Manhã – 9:00h	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
Tarde – 14:00h	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MARÇO –2023

	Segunda-feira (27-02)	**Terça-feira (28-02)**	**Quarta-feira (01-03)**	**Quinta-feira (02-03)**	**Sexta-feira (03-03)**
Manhã – 9:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g
Tarde – 14:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MARÇO –2023

	Segunda-feira (06/03)	**Terça-feira (07/03)**	**Quarta-feira (08/03)**	**Quinta-feira (09/03)**	**Sexta-feira (10/03)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MARÇO –20

	Segunda-feira (13/03)	**Terça-feira (14/03)**	**Quarta-feira (15/03)**	**Quinta-feira (16/03)**	**Sexta-feira (17/03)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MARÇO –2023

	Segunda-feira (20/03)	**Terça-feira (21/03)**	**Quarta-feira (22/03)**	**Quinta-feira (23/03)**	**Sexta-feira (24/03)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MARÇO –2023

	Segunda-feira (27/03)	**Terça-feira (28/03)**	**Quarta-feira (29/03)**	**Quinta-feira (30/03)**	**Sexta-feira (31/03)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – ABRIL –2023

	Segunda-feira (03-04)	**Terça-feira (04-04)**	**Quarta-feira (05-04)**	**Quinta-feira (06-04)**	**Sexta-feira (07-04)**
Manhã – 9:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	FERIADO
Tarde – 14:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	FERIADO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – ABRIL –2023

	Segunda-feira (10/04)	**Terça-feira (11/04)**	**Quarta-feira (12/04)**	**Quinta-feira (13/04)**	**Sexta-feira (14/04)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF –ABRIL –2023

	Segunda-feira (17/04)	**Terça-feira (18/04)**	**Quarta-feira (19/04)**	**Quinta-feira (20/04)**	**Sexta-feira (21/04)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – ABRIL –2023

	Segunda-feira (24/04)	**Terça-feira (25/04)**	**Quarta-feira (26/04)**	**Quinta-feira (27/04)**	**Sexta-feira (28/04)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MAIO –2023

	Segunda-feira (01/05)	**Terça-feira (02/05)**	**Quarta-feira (03/05)**	**Quinta-feira (04/05)**	**Sexta-feira (05/05)**
Manhã – 9:00h	FERIADO	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g
Tarde – 14:00h	FERIADO	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MAIO –2023

	Segunda-feira (08/05)	**Terça-feira (09/05)**	**Quarta-feira (10/05)**	**Quinta-feira (11/05)**	**Sexta-feira (12/05)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MAIO –2023

	Segunda-feira (15/05)	**Terça-feira (16/05)**	**Quarta-feira (17/05)**	**Quinta-feira (18/05)**	**Sexta-feira (19/05)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	FERIADO
Tarde – 14:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	FERIADO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – MAIO –2023

	Segunda-feira (22/05)	**Terça-feira (23/05)**	**Quarta-feira (24/05)**	**Quinta-feira (25/05)**	**Sexta-feira (26/05)**
Manhã – 9:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JUNHO –2023

	Segunda-feira (29/05)	**Terça-feira (30/05)**	**Quarta-feira (31/05)**	**Quinta-feira (01/06)**	**Sexta-feira (02/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JUNHO –2023

	Segunda-feira (05/06)	**Terça-feira (06/06)**	**Quarta-feira (07/06)**	**Quinta-feira (08/06)**	**Sexta-feira (09/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTIVO
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF –JUNHO –2023

	Segunda-feira (12/06)	**Terça-feira (13/06)**	**Quarta-feira (14/06)**	**Quinta-feira (15/06)**	**Sexta-feira (16/06)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JUNHO –2023

	Segunda-feira (19/06)	**Terça-feira (20/06)**	**Quarta-feira (21/06)**	**Quinta-feira (22/06)**	**Sexta-feira (23/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

	Segunda-feira (26/06)	**Terça-feira (28/06)**	**Quarta-feira (29/06)**	**Quinta-feira (01/06)**	**Sexta-feira (02/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JUNHO –2023

	Segunda-feira (29/05)	**Terça-feira (30/05)**	**Quarta-feira (31/05)**	**Quinta-feira (01/06)**	**Sexta-feira (02/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JUNHO –2023

	Segunda-feira (05/06)	**Terça-feira (06/06)**	**Quarta-feira (07/06)**	**Quinta-feira (08/06)**	**Sexta-feira (09/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTIVO
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF –JUNHO –2023

	Segunda-feira (12/06)	**Terça-feira (13/06)**	**Quarta-feira (14/06)**	**Quinta-feira (15/06)**	**Sexta-feira (16/06)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JUNHO –2023

	Segunda-feira (19/06)	**Terça-feira (20/06)**	**Quarta-feira (21/06)**	**Quinta-feira (22/06)**	**Sexta-feira (23/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JUNHO –2023

	Segunda-feira (26/06)	**Terça-feira (27/06)**	**Quarta-feira (28/06)**	**Quinta-feira (29/06)**	**Sexta-feira (30/06)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JULHO –2023

	Segunda-feira (03/07)	**Terça-feira (04/07)**	**Quarta-feira (05/07)**	**Quinta-feira (06/07)**	**Sexta-feira (07/07)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – JULHO –2023

	Segunda-feira (10/07)	**Terça-feira (11/07)**	**Quarta-feira (12/07)**	**Quinta-feira (13/07)**	**Sexta-feira (14/07)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – AGOSTO –2023

	Segunda-feira (31/07)	**Terça-feira (01/08)**	**Quarta-feira (02/08)**	**Quinta-feira (03/08)**	**Sexta-feira (04/08)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – AGOSTO –2023

	Segunda-feira (07/08)	**Terça-feira (08/08)**	**Quarta-feira (09/08)**	**Quinta-feira (10/08)**	**Sexta-feira (11/08)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF –AGOSTO –2023

	Segunda-feira (14/08)	**Terça-feira (15/08)**	**Quarta-feira (16/08)**	**Quinta-feira (17/08)**	**Sexta-feira (18/08)**
Manhã – 9:00h	PONTO FACULTAIVO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g
Tarde – 14:00h	PONTO FACULTAIVO	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – AGOSTO –2023

	Segunda-feira (21/08)	**Terça-feira (22/08)**	**Quarta-feira (23/08)**	**Quinta-feira (24/08)**	**Sexta-feira (25/08)**
Manhã – 9:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g
Tarde – 14:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – AGOSTO –2023

	Segunda-feira (28/08)	**Terça-feira (29/08)**	**Quarta-feira (30/08)**	**Quinta-feira (31/08)**	**Sexta-feira (01/09)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (04/09)	**Terça-feira (05/09)**	**Quarta-feira (06/09)**	**Quinta-feira (07/09)**	**Sexta-feira (08/09)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C/ LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (11/09)	**Terça-feira (12/09)**	**Quarta-feira (13/09)**	**Quinta-feira (14/09)**	**Sexta-feira (15/09)**
Manhã – 9:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C LEGUMES SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
Tarde – 14:00h	RISOTO DE CARNE (arroz, carne desfiado, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS C CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (18/09)	**Terça-feira (19/09)**	**Quarta-feira (20/09)**	**Quinta-feira (21/09)**	**Sexta-feira (22/09)**
Manhã – 9:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	ARROZ CARNE MOIDA COM BATATA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	CANJA DE FRANGO (arroz, carne de frango, legumes) Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,80g LIP: 5,02g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – SETEMBRO –2023

	Segunda-feira (25/09)	**Terça-feira (26/09)**	**Quarta-feira (27/09)**	**Quinta-feira (28/09)**	**Sexta-feira (29/09)**
Manhã – 9:00h	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g
Tarde – 14:00h	SOPA DE MACARRÃO CARNE MOIDA FRUTA Kcal: 247,24 CHO: 31,5g PTN: 19,22g LIP: 4,54g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (02-10)	**Terça-feira (03-10)**	**Quarta-feira (04-10)**	**Quinta-feira (05-10)**	**Sexta-feira (06-10)**
Manhã – 9:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g
Tarde – 14:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (09/10)	**Terça-feira (10/10)**	**Quarta-feira (11/10)**	**Quinta-feira (12/10)**	**Sexta-feira (13/10)**
Manhã – 9:00h	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g	BOLO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) SUCO FRUTA Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Tarde – 14:00h	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF –OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (16/10)	**Terça-feira (17/10)**	**Quarta-feira (18/10)**	**Quinta-feira (19/10)**	**Sexta-feira (20/10)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – OUTUBRO –2023

	Segunda-feira (23/10)	**Terça-feira (24/10)**	**Quarta-feira (25/10)**	**Quinta-feira (26/10)**	**Sexta-feira (27/10)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (30-10)	**Terça-feira (31-10)**	**Quarta-feira (01-11)**	**Quinta-feira (02-11)**	**Sexta-feira (03-11)**
Manhã – 9:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Tarde – 14:00h	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (06/11)	**Terça-feira (07/11)**	**Quarta-feira (08/11)**	**Quinta-feira (09/11)**	**Sexta-feira (10/11)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (13/11)	**Terça-feira (14/11)**	**Quarta-feira (15/11)**	**Quinta-feira (16/11)**	**Sexta-feira (17/11)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	FERIADO	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – NOVEMBRO –2023

	Segunda-feira (20/11)	**Terça-feira (21/11)**	**Quarta-feira (22/11)**	**Quinta-feira (23/11)**	**Sexta-feira (24/11)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – EMEF – NOVEMBRO–2023

	Segunda-feira (27/11)	**Terça-feira (28/11)**	**Quarta-feira (29/11)**	**Quinta-feira (30/11)**	**Sexta-feira (01/12)**
Manhã – 9:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g
Tarde – 14:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – fevereiro/2023

		Segunda-feira (30/01)	Terça-feira (31/01)	Quarta-feira (01/02)	Quinta-feira (02/02)	Sexta-feira (03/02)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h					BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h					ARROZ/FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:00h					FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – fevereiro/2023

		Segunda-feira (06/02)	Terça-feira (07/02)	Quarta-feira (08/02)	Quinta-feira (09/02)	Sexta-feira (10/02)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – fevereiro/2023

		Segunda-feira (13/02)	Terça-feira (14/02)	Quarta-feira (15/02)	Quinta-feira (16/02)	Sexta-feira (17/02)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ/FEIJÃO STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ/FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – fevereiro/2023

		Segunda-feira (20/02)	**Terça-feira (21/02)**	**Quarta-feira (22/02)**	**Quinta-feira (23/02)**	**Sexta-feira (24/02)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g
LANCHE DA TARDE	14:00h	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – março/2023

		Segunda-feira (27-02)	**Terça-feira (28-02)**	**Quarta-feira (01-03)**	**Quinta-feira (02-03)**	**Sexta-feira (03-03)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – março/2023

		Segunda-feira (06/03)	Terça-feira (07/03)	Quarta-feira (08/03)	Quinta-feira (09/03)	Sexta-feira (10/03)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – março/2023

		Segunda-feira (13/03)	Terça-feira (14/03)	Quarta-feira (15/03)	Quinta-feira (16/03)	Sexta-feira (17/03)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C CARNE SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
LANCHE DA TARDE	14:50h	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – março/2023

		Segunda-feira (20/03)	Terça-feira (21/03)	Quarta-feira (22/03)	Quinta-feira (23/03)	Sexta-feira (24/03)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ CARNE DE PANELA C BATATA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – março/2023

		Segunda-feira (27/03)	**Terça-feira (28/03)**	**Quarta-feira (29/03)**	**Quinta-feira (30/03)**	**Sexta-feira (31/03)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – ABRIL/2023

		Segunda-feira (03-04)	Terça-feira (04-04)	Quarta-feira (05-04)	Quinta-feira (06-04)	Sexta-feira (07-04)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FERIADO
ALMOÇO	11:45h	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA C MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	RISOTO DE CARNE (arroz, frango desfiado, cenoura, milho e cheiro verde) FEIJÃO/ SALADA FRUTA Kcal: 677,48 CHO: 117,77g PTN: 36,65g LIP: 5,67g	FERIADO
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FERIADO

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – ABRIL/2023

		Segunda-feira (10/04)	Terça-feira (11/04)	Quarta-feira (12/04)	Quinta-feira (13/04)	Sexta-feira (14/04)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA, BATATA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA, TOMATE, CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 633,27 CHO: 79,11g PTN: 40,57g LIP: 16g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – ABRIL/2023

		Segunda-feira (17/04)	**Terça-feira (18/04)**	**Quarta-feira (19/04)**	**Quinta-feira (20/04)**	**Sexta-feira (21/04)**
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FERIADO
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g PONTO FACULTATIVO	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FERIADO

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – ABRIL/2023

		Segunda-feira (24/04)	Terça-feira (25/04)	Quarta-feira (26/04)	Quinta-feira (27/04)	Sexta-feira (28/04)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	NHOQUE (Farinha de soja integral, extrato de soja, fibra de aveia, amido, farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, manteiga de palma, sal, água, linhaça dourada e condimentos naturais) AO MOLHO DE CARNE MOIDA Kcal: 327 CHO: 57g PTN: 9,5g LIP: 5,1g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM BATATA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA C CARNE DE PANELA SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA, TOMATE, CENOURA E BATATA SALADA Kcal: 633,27 CHO: 79,11g PTN: 40,57g LIP: 16g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – MAIO/2023

		Segunda-feira (01/05)	Terça-feira (02/05)	Quarta-feira (03/05)	Quinta-feira (04/05)	Sexta-feira (05/05)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	**FERIADO**	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	FERIADO	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE OVO COM CENOURA FEIJÃO SALADA Kcal: 485,68 CHO: 85,40g PTN: 24,36g LIP: 5,53g
LANCHE DA TARDE	14:00h	FERIADO	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – MAIO/2023

		Segunda-feira (08/05)	Terça-feira (09/05)	Quarta-feira (10/05)	Quinta-feira (11/05)	Sexta-feira (12/05)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA, BATATA E TOMATE FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – MAIO/2023

		Segunda-feira (15/05)	Terça-feira (16/05)	Quarta-feira (17/05)	Quinta-feira (18/05)	Sexta-feira (19/05)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	**FERIADO**
ALMOÇO	11:00h	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA C/ BATATA SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	FERIADO
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FERIADO

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – MAIO/2023

		Segunda-feira (22/05)	**Terça-feira (23/05)**	**Quarta-feira (24/05)**	**Quinta-feira (25/05)**	**Sexta-feira (26/05)**
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA, BATATA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – JUNHO/2023

		Segunda-feira (29/05)	**Terça-feira (30/05)**	**Quarta-feira (31/05)**	**Quinta-feira (01/06)**	**Sexta-feira (02/06)**
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO COM POLENTA SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO OMELETE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA C/ BATATA SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – JUNHO/2023

		Segunda-feira (05/06)	Terça-feira (06/06)	Quarta-feira (07/06)	Quinta-feira (08/06)	Sexta-feira (09/06)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	**FERIADO**	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA, BATATA E TOMATE FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g	ARROZ FEIJÃO FEIJÃO PRETO C CALABRESA SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g	**FERIADO**	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	**FERIADO**	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – JUNHO/2023

		Segunda-feira (12/06)	Terça-feira (13/06)	Quarta-feira (14/06)	Quinta-feira (15/06)	Sexta-feira (16/06)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA C/ BATATA SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – JUNHO/2023

		Segunda-feira (19/06)	Terça-feira (20/06)	Quarta-feira (21/06)	Quinta-feira (22/06)	Sexta-feira (23/06)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA, BATATA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – JUNHO/2023

		Segunda-feira (26/06)	Terça-feira (27/06)	Quarta-feira (28/06)	Quinta-feira (29/06)	Sexta-feira (30/06)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO OMELETE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO COM POLENTA SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA C/ BATATA SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – JULHO/2023

			Terça-feira (25-07)	Quarta-feira (26-07)	Quinta-feira (27-07)	Sexta-feira (28-07)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h		PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h		ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ CARNE DE PANELA C BATATA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ FEIJÃO COXINHA REFOGADA FRUTA Kcal: 276,86 CHO: 39,99g PTN: 19,24g LIP: 3,88g
LANCHE DA TARDE	14:50h		BISCOITO PIT STOP LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS C/ CARNE MOIDA SUCO FRUTA Kcal: 267,93 CHO: 58,27 PTN: 5,11g LIP: 2,29g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO SUCO Kcal: 353,83 CHO: 73,54g PTN: 7,12g LIP: 3,24g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – AGOSTO/2023

		Segunda-feira (31/07)	**Terça-feira (01/08)**	**Quarta-feira (02/08)**	**Quinta-feira (03/08)**	**Sexta-feira (04/08)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – AGOSTO/2023

		Segunda-feira (07/08)	**Terça-feira (08/08)**	**Quarta-feira (09/08)**	**Quinta-feira (10/08)**	**Sexta-feira (11/08)**
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – AGOSTO/2023

		Segunda-feira (14/08)	**Terça-feira (15/08)**	**Quarta-feira (16/08)**	**Quinta-feira (17/08)**	**Sexta-feira (18/08)**
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FERIADO	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	FERIADO	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C CARNE SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
LANCHE DA TARDE	14:50h	FRUTA	FERIADO	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – AGOSTO/2023

		Segunda-feira (21/08)	Terça-feira (22/08)	Quarta-feira (23/08)	Quinta-feira (24/08)	Sexta-feira (25/08)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ CARNE DE PANELA C BATATA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – AGOSTO/2023

		Segunda-feira (28/08)	**Terça-feira (29/08)**	**Quarta-feira (30/08)**	**Quinta-feira (31/08)**	**Sexta-feira (01/09)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:00h	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – SETEMBRO/2023

		Segunda-feira (04/09)	**Terça-feira (05/09)**	**Quarta-feira (06/09)**	**Quinta-feira (07/09)**	**Sexta-feira (08/09)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	**FERIADO**	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	FERIADO	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FERIADO	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – SETEMBRO/2023

		Segunda-feira (11/09)	**Terça-feira (12/09)**	**Quarta-feira (13/09)**	**Quinta-feira (14/09)**	**Sexta-feira (15/09)**
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – SETEMBRO/2023

		Segunda-feira (19-09)	Terça-feira (20-09)	Quarta-feira (21-09)	Quinta-feira (22-09)	Sexta-feira (23-09)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C CARNE SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
LANCHE DA TARDE	14:50h	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – SETEMBRO/2023

		Segunda-feira (25/09)	Terça-feira (26/09)	Quarta-feira (27/09)	Quinta-feira (28/09)	Sexta-feira (29/09)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ CARNE DE PANELA C BATATA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – SETEMBRO/2022

		Segunda-feira (03-10)	**Terça-feira (04-10)**	**Quarta-feira (05-10)**	**Quinta-feira (06-10)**	**Sexta-feira (07-10)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g	FRUTA

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – OUTUBRO/2023

		Segunda-feira (02-10)	Terça-feira (03-10)	Quarta-feira (04-10)	Quinta-feira (05-10)	Sexta-feira (06-10)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO PEIXE ASSADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – OUTUBRO/2023

		Segunda-feira (09/10)	Terça-feira (10/10)	Quarta-feira (11/10)	Quinta-feira (12/10)	Sexta-feira (13/10)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	**FERIADO**	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	FERIADO	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, fermento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g	FERIADO	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – OUTUBRO/2023

		Segunda-feira (16/10)	Terça-feira (17/10)	Quarta-feira (18/10)	Quinta-feira (19/10)	Sexta-feira (20/10)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C CARNE SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
LANCHE DA TARDE	14:50h	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – OUTUBRO/2023

		Segunda-feira (23/10)	Terça-feira (24/10)	Quarta-feira (25/10)	Quinta-feira (26/10)	Sexta-feira (27/10)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ CARNE DE PANELA C BATATA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – NOVEMBRO/2023

		Segunda-feira (30-10)	**Terça-feira (31-10)**	**Quarta-feira (01-11)**	**Quinta-feira (02-11)**	**Sexta-feira (03-11)**
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	**FERIADO**	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	FERIADO	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FERIADO	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – NOVEMBRO/2023

		Segunda-feira (06/11)	Terça-feira (07/11)	Quarta-feira (08/11)	Quinta-feira (09/11)	Sexta-feira (10/11)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ NHOQUE C CARNE MOIDA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO COXINHA ASSADA SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ FEIJÃO FAROFA COM OVO, CENOURA E TOMATE SALADA Kcal: 737,85 CHO: 141,91g PTN: 25,93g LIP: 6,42g	ARROZ FEIJÃO COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 743,85 CHO: 108,60g PTN: 43,88g LIP: 13,88g	ARROZ CARNE MOIDA AO MOLHO SALADA FRUTA Kcal: 440,55 CHO: 64,47g PTN: 30,68gg LIP: 6,95g
LANCHE DA TARDE	14:50h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	CACHORRO QUENTE (pão de hot dog, salsicha, polpa de tomate, batata palha, tomate, cebola, sal) SUCO Kcal: 197,49 CHO: 30,65g PTN: 3,46g LIP: 6,99g	BOLO SUCO (farinha de trigo enriquecida com ferro e ácido fólico, açúcar, leite, ovo, óleo, femento) Kcal: 234 CHO: 29g PTN: 5,4g LIP: 8,2g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – NOVEMBRO/2023

		Segunda-feira (13/11)	Terça-feira (14/11)	Quarta-feira (15/11)	Quinta-feira (16/11)	Sexta-feira (17/11)
LANCHE DA MANHÃ	9:15h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	**FERIADO**	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:45h	ARROZ STROGONOF DE FRANGO SALADA FRUTA Kcal: 289,64 CHO: 42,23g PTN: 20,8g LIP: 2,2g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E TOMATE FRUTA Kcal: 620,40 CHO: 107,71g PTN: 37,17g LIP: 3,65g	FERIADO	ARROZ FEIJÃO SOPA DE MANDIOCA C CARNE SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	RISOTO DE FRANGO FEIJÃO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g
LANCHE DA TARDE	14:50h	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	FERIADO	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – NOVEMBRO/2023

		Segunda-feira (20/11)	Terça-feira (21/11)	Quarta-feira (22/11)	Quinta-feira (23/11)	Sexta-feira (24/11)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ SOPA DE MANDIOCA COM PERNIL SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ CARNE DE PANELA C BATATA SALADA FRUTA Kcal: 234,54 CHO: 36,40g PTN: 8,29g LIP: 6,17g	ARROZ FEIJÃO PEIXE EMPANADO SALADA FRUTA Kcal: 627,94 CHO: 52,23g PTN: 44,25g LIP: 26,89g	MACARRÃO C MOLHO CARNE MOÍDA SALADA FRUTA Kcal: 291,55 CHO: 24,25g PTN: 20,55g LIP: 12,48g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.

Prefeitura Municipal de Canitar
Setor de Alimentação Escolar
Rua Clementino Bernardo de Mendonça, 343
Fone: 3343-9100 – CEP 18.990-000 – Canitar – SP- e-mail: merendacanitar@hotmail.com
Nutricionistas: Thaiza C. M. da Silva Ferreira CRN3 27233
Michelle Araujo Mantovani CRN3 31040

Cardápio – "Escola Estadual Aparecido Gonçalves Lemos" – NOVEMBRO/2023

		Segunda-feira (27/11)	Terça-feira (28/11)	Quarta-feira (29/11)	Quinta-feira (30/11)	Sexta-feira (01/12)
LANCHE DA MANHÃ	8:30h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g
ALMOÇO	11:00h	ARROZ FEIJÃO C PERNIL SALADA Kcal: 516,80 CHO: 74,64g PTN: 35,92g LIP: 7,24g	RISOTO DE CARNE (arroz, carne bovina desfiada, cenoura e cheiro verde)/ FEIJÃO SALADA Kcal: 351,05 CHO: 63,09g PTN: 17,86g LIP: 2,56g	ARROZ POLENTA (água, fubá, cebola, alho e sal) CARNE MOIDA SALADA Kcal: 313,10 CHO: 42,28g PTN: 20,75g LIP: 6,08g	ARROZ FEIJÃO COXINHA DA ASA COM CENOURA E BATATA SALADA FRUTA Kcal: 339,25 CHO: 42,38g PTN: 21,74g LIP: 8,57g	ARROZ FEIJÃO FRANGO EM TIRAS COM CENOURA E BATATA FRUTA Kcal: 332,36 CHO: 57,70g PTN: 19,91g LIP: 1,95g
LANCHE DA TARDE	14:00h	BISCOITO DE MAISENA LEITE COM CHOCOLATE Kcal: 114,75 CHO: 19,7g PTN: 2,03g LIP: 3,15g	FRUTA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO Kcal: 151,53 CHO: 29,40g PTN: - LIP: 4,09g	FRUTA	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE LARANJA Kcal: 63,46 CHO: 15,71g PTN: 1,20g LIP: 0,27g

Cardápio sujeito a alterações.