



CARDAPIO LENSINO REGULAR Escolas de Ensino Fundamental, Médio e EJA) - ABRIL/2015

Lotés 3 e 4

Semana 1		Semana 2		Semana 3		Semana 4		Semana 5	
Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira	03/04/2015	03/04/2015	03/04/2015	03/04/2015	03/04/2015
06/04/2015	07/04/2015	08/04/2015	09/04/2015	10/04/2015	10/04/2015	10/04/2015	10/04/2015	10/04/2015	10/04/2015
R2.9 Arroz, feijão, carne moída com molho de tomate (feito na escola), alpin cozido salada de repolho e salada de cenoura cozida.	L2. logurte de morango, granola* e uma maçã. * Servir separado do iogurte	R3.1 Arroz, feijão, carne suína acobalada, farofa de cenoura, salada de couve* e uma laranja * Poderá ser chicória	L1. Vitamina de banana (leite, banana e aveia pão fatiado integral com mel.	R2.10 Arroz, feijão, bife de carne*, macarrão com molho de tomate(feito na escola), salada de acelga e salada de cenoura ralada. *Poderá ser servido em iscas	L2.2 Salada de frutas(maço, banana, laranja e maçã), com iogurte* e aveia. *servir separado da salada de frutas	R6.3 Macarrão com carne moída,tomate, cebola, cenoura, tempero verde e molho de tomate (feito na escola), feijão,salada de beterraba cozida e salada de repolho	L3.2 Suco de laranja integral com cenoura, pão de cachorro quente, ovos mexidos (ovos, leite e óleo), cenoura e alface.	L1.9 Leite, bolo de cenoura e uma banana	R4.1 Filé de peixe refogado com cebola e tomate, arroz, feijão, farofa de couve, salada de beterraba cozida e salada de alface e uma laranja.
Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira	20/04/2015	21/04/2015	22/04/2015	23/04/2015	24/04/2015
13/04/2015	14/04/2015	15/04/2015	16/04/2015	17/04/2015	20/04/2015	21/04/2015	22/04/2015	23/04/2015	24/04/2015
R1.6 Arroz, feijão, frango refogado(sassami) creme de milho, salada de tomate e salada de acelga	L2.2 Salada de frutas(maço, banana, laranja e maçã), com iogurte* e aveia. *servir separado da salada de frutas	R6.3 Macarrão com carne moída,tomate, cebola, cenoura, tempero verde e molho de tomate (feito na escola), feijão,salada de beterraba cozida e salada de repolho	L3.2 Suco de laranja integral com cenoura, pão de cachorro quente, ovos mexidos (ovos, leite e óleo), cenoura e alface.	L1.9 Leite, bolo de cenoura e uma banana	L1.2 Arroz doce*, granola e uma banana *(leite, arroz, açúcar, coco e canela)	R1.1 Arroz, feijão, frango (peito) desfiado com molho de tomate (feito na escola) polenta, salada de repolho e salada de cenoura crua ralada.	L2. logurte de morango, granola* e uma maçã. *Servir separado do iogurte	R4.1 Filé de peixe refogado com cebola e tomate, arroz, feijão, farofa de couve, salada de beterraba cozida e salada de alface e uma laranja.	R4.1 Filé de peixe refogado com cebola e tomate, arroz, feijão, farofa de couve, salada de beterraba cozida e salada de alface e uma laranja.
Segunda - Feira	Terça - Feira	Quarta - Feira	Quinta - Feira	Sexta - Feira	27/04/2015	28/04/2015	29/04/2015	30/04/2015	30/04/2015
27/04/2015	28/04/2015	29/04/2015	30/04/2015	30/04/2015	27/04/2015	28/04/2015	29/04/2015	30/04/2015	30/04/2015
R2.8 Arroz, feijão, picadinho de carne em iscas, alpin cozido, salada de tomate e salada de rúcula*	L1.3 Creme de aveia(leite, amido de milho, açúcar e aveia) feito na escola biscoito doce e uma laranja.	R3.2 Feijão com carne suína em cubos arroz, farofa de cenoura e salada de couve* com laranja em cubos. * Poderá ser agrião	L3.1 Suco de uva integral, pão de cachorro quente, frango desfiado com tempero verde e molho de tomate(feito na escola) cenoura ralada, tomate em fatia, milho e ervilha.	R2.10 Arroz, feijão, bife de carne*, macarrão com molho de tomate(feito na escola), salada de acelga e salada de cenoura ralada. *Poderá ser servido em iscas	L1.1 Arroz doce*, granola e uma banana *(leite, arroz, açúcar, coco e canela)	R1.1 Arroz, feijão, frango (peito) desfiado com molho de tomate (feito na escola) polenta, salada de repolho e salada de cenoura crua ralada.	L2. logurte de morango, granola* e uma maçã. *Servir separado do iogurte	R4.1 Filé de peixe refogado com cebola e tomate, arroz, feijão, farofa de couve, salada de beterraba cozida e salada de alface e uma laranja.	R4.1 Filé de peixe refogado com cebola e tomate, arroz, feijão, farofa de couve, salada de beterraba cozida e salada de alface e uma laranja.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES:

- a) Para os lotes III e IV correspondentes aos contratos 084/2009 e 085/2009 os tipos de corte de carne bovina estabelecidos são: Patinho ou Coxão Mole Moído, Músculo em Cubos e Patinho ou Coxão Mole em bifes.
b) Um mesmo folhoso poderá ser ofertado até duas vezes em uma mesma semana, mesmo em caso de substituições de um folhoso por outro(Alface, Alface, Almeirão, Agrião, Chicória, Couve, Espinafre, Rúcula, Repolho).