



## CARDÁPIO ESCOLAR: ENSINO DE JOVENS E ADULTOS- EJA/ MENSAL 2022

SEGUNDA – FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA – FEIRA	SEXTA – FEIRA
✓ Risoto ✓ Salada	✓ Macarronada com carne moída ✓ Salada	✓ Bolo ✓ Chá	✓ Arroz, feijão, farofa de biju	✓ Pão de queijo ✓ Achocolatado
✓ Polenta com carne moída ✓ Salada	✓ Risoto ✓ Salada	✓ Sagu com suco de uva	✓ Arroz ✓ Carne bovina em molho com milho e ervilha	✓ Canjica
✓ Risoto ✓ Salada	✓ Arroz ✓ Mandiocada com carne suína ✓ Salada	✓ Torta salgada com legumes e carne	✓ Sopa de feijão	✓ Bolo ✓ Chá
✓ Macarronada com carne de moída. ✓ Salada	✓ Sopa de feijão	✓ Biscoito ✓ Café e leite	✓ Risoto ✓ Salada	✓ Sanduíche
✓ Sopa com frango, macarrão e legumes	✓ Polenta com carne moída ✓ Salada	✓ Sagu com suco de uva	✓ Macarronada com carne de moída. ✓ Salada	✓ Bolo ✓ Chá

- Frutas e hortaliças conforme a sazonalidade.

✓ Usar sal, óleo e açúcar com moderação. (Cardápio sujeito a alterações)

**Nutricionista: Josiane P. Fiorese CRN 7650**

