

PNAE – Cardápio Merenda Escolar 2023 Escola Recanto do Saber – Jateí MS

| <u>Refeição</u> | <u>Segunda</u> | <u>Terça</u> | <u>Quarta</u> | <u>Quinta</u> | <u>Sexta</u> |
|----------------------------------|---|---|--|--|--|
| Café da manhã 7:30 hs | Pão c/ manteiga; Leite integral c/ chocolate 100 % cacau; | Pão c/ manteiga; Leite integral c/ chocolate 100 % cacau; | Pão c/ manteiga; Leite integral c/ chocolate 100 % cacau; | Pão c/ manteiga; Leite integral c/ chocolate 100 % cacau; | Pão c/ manteiga; Leite integral c/ chocolate 100 % cacau; |
| Almoço 10:30 hs | Arroz branco; Feijão preto; Carne moída c/ mandioca; 1 legume; 1 verdura; Surpresa: fruta | Arroz colorido (vagem cenoura); Feijão carioca; Creme de milho; Frango grelhado; 1 verdura; Surpresa: fruta | Macarrão alho e óleo; Feijão carioca; Carne picadinha c/ legumes; 1 verdura; Surpresa: fruta | Arroz carreteiro; Feijão; Batata doce cozida; 1 verdura; Surpresa: fruta | Arroz c/ cenoura; Feijão carioca; Peito em cubos ao molho; Salada colorida: 1 verdura; 1 legume ralado; Surpresa: fruta |
| Lanche da tarde 14:30 | Bolo de cacau; Leite integral c/; Chocolate 100 % cacau | Bolo de cenoura; Suco de maracujá; | Pão c/ manteiga; Leite integral c/ banana; | Pão c/ manteiga; iogurte de fruta; | Pão c/ carne moída; Suco de laranja; |
| Saída | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |