



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2024 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA OUTUBRO

ESCOLA “E.E AVELINO AP. RIBEIRO DOUTOR”

NOTURNO - ZONA URBANA/RURAL PERÍODO PARCIAL - 2 REFEIÇÕES ETAPA DE ENSINO “EJA”

CARDÁPIO PROPOSTO OUTUBRO/2024

SEMANA 30/09 A 04/10	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DE ENTRADA 18h Servido aos alunos no horário de entrada	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	BISCOITO SALGADO	PÃO FRANCÊS COM PRESUNTO	BISCOITO DOCE	PRÉDIO REQUISITADO PARA ELEIÇÃO
	SUCO DE POLPA	B. LÁCTEA IOGURTE DE MORANGO	SUCO DE POLPA	B. LÁCTEA VITAMINA FRUTAS	
JANTAR 20h30 (EJA) 21h15 (ESTADO) *Servido aos alunos	MACARRÃO COM SALSICHA E MOLHO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COXA ASSADA	ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFA SIMPLES	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COXINHA DE FRANGO COM MILHO	
*Fruta/Sobremesa – oferecido junto com o jantar	FRUTA	SALADA	FRUTA	SALADA	

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar. Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2024 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA OUTUBRO

ESCOLA “E.E AVELINO AP. RIBEIRO DOUTOR”

NOTURNO - ZONA URBANA/RURAL PERÍODO PARCIAL - 2 REFEIÇÕES ETAPA DE ENSINO “EJA”

CARDÁPIO PROPOSTO OUTUBRO/2024

SEMANA 07/10 A 11/10	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DE ENTRADA 18h Servido aos alunos no horário de entrada	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA SUCO DE POLPA	BISCOITO SALGADO IOGURTE DE MORANGO	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO B. LÁCTEA CAPPUCCINO	BISCOITO DOCE LEITE COM CACAU	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA LEITE COM CAFÉ
JANTAR 20h30 (EJA) 21h15 (ESTADO) *Servido aos alunos *Fruta/Sobremesa – oferecido junto com o jantar	RISOTO DE MOÍDA COM LEGUMES FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE MOÍDA REFOGADA PURÊ DE BATATA SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA COM BATATAS FRUTA	ARROZ BRANCO ESTROGONOFE DE CARNE SALADA PICOLÉ DE FRUTA	X-SALADA PÃO DE HAMBURGUER, HAMBURGUER BOVINO, MUSSARELA, MOLHOS, ALFACE, TOMATE) SUCO DE POLPA BOLO DE NINHO COM MORANGOS

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar. Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2024 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA OUTUBRO

ESCOLA “E.E AVELINO AP. RIBEIRO DOUTOR”

NOTURNO - ZONA URBANA/RURAL PERÍODO PARCIAL - 2 REFEIÇÕES ETAPA DE ENSINO “EJA”

CARDÁPIO PROPOSTO OUTUBRO/2024

SEMANA 14/10 A 18/10	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DE ENTRADA 18h Servido aos alunos no horário de entrada	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA B. LÁCTEA CAPPUCCINO	BISCOITO SALGADO LEITE COM CACAU	PÃO FRANCÊS COM PRESUNTO LEITE COM CAFÉ	BISCOITO DOCE LEITE COM CACAU	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA LEITE COM CAFÉ
JANTAR 20h30 (EJA) 21h15 (ESTADO) *Servido aos alunos *Fruta/Sobremesa – oferecido junto com o jantar	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO OMELETE DE FRIOS SALADA	ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFÁ SIMPLES FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO LINGUIÇA ASSADA SALADA	RISOTO DE CARNE SUÍNA COM LEGUMES ARROZ DOCE

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar. Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2024 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA OUTUBRO

ESCOLA “E.E AVELINO AP. RIBEIRO DOUTOR”

NOTURNO - ZONA URBANA/RURAL PERÍODO PARCIAL - 2 REFEIÇÕES ETAPA DE ENSINO “EJA”

CARDÁPIO PROPOSTO OUTUBRO/2024

SEMANA 21/10 A 25/10	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DE ENTRADA 18h Servido aos alunos no horário de entrada	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA B. LÁCTEA CHOCOLATE TRUFADO	BISCOITO SALGADO LEITE COM CACAU	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA LEITE COM CACAU	BISCOITO DOCE LEITE COM CACAU	BOLO DE CHOCOLATE B. LÁCTEA MORANGO
JANTAR 20h30 (EJA) 21h15 (ESTADO) *Servido aos alunos *Fruta/Sobremesa – oferecido junto com o jantar	FUBÁ CREMOSO COM COXINHA DE FRANGO E MOLHO FRUTA	ARROZ BRANCO LASANHA DE FRIOS SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA COM BATATAS FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES SALADA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E MOLHO FRUTA

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar. Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2024 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA OUTUBRO

ESCOLA “E.E AVELINO AP. RIBEIRO DOUTOR”

NOTURNO - ZONA URBANA/RURAL PERÍODO PARCIAL - 2 REFEIÇÕES ETAPA DE ENSINO “EJA”

CARDÁPIO PROPOSTO OUTUBRO/2024

SEMANA 28/10 A 01/11	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DE ENTRADA 18h Servido aos alunos no horário de entrada	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA B. LÁCTEA CAPPUCCINO	BISCOITO SALGADO LEITE COM CACAU	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA LEITE COM CACAU	BISCOITO DOCE LEITE COM CACAU	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA LEITE COM CAFÉ
JANTAR 20h30 (EJA) 21h15 (ESTADO) *Servido aos alunos *Fruta/Sobremesa – oferecido junto com o jantar	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES FRUTA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO OMELETE DE FRIOS COM LEGUMES SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO COPA LOMBO GRELHADO FRUTA	ARROZ BRANCO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE MOÍDA COM LEGUMES FRUTA

Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar. Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507