

EMEB'S - JUNHO 2025

	Segunda-feira 02/jun	Terça-feira 03/jun	Quarta-feira 04/jun	Quinta-feira 05/jun	Sexta-feira 06/jun
DESJEJUM	Bolacha salgada integral + margarina + Leite + Achocolatado	Bolacha maisena + Leite	Banana + Leite + Cacau 50%	Biscoito rosquinha de chocolate + Chá	Bolacha salgada integral + margarina + Leite
ALMOÇO	Macarrão + Almondegas ao sugo + Salada de repolho e cenoura	Arroz + Feijão + Carne moída com abobrinha + Salada de pepino e tomate + Abacaxi	Arroz + Feijão + Frango com vagem + Salada de alface	Arroz + Feijão + Picadinho de carne (cenoura, batata e chuchu) + Salada de acelga + Uva	Arroz + Feijão + Sobrecoxa com batatas assadas + Salada de repolho e beterraba + Banana
	09/jun	10/jun	11/jun	12/jun	13/jun
DESJEJUM	Bolacha de maisena + Leite + cacau 50%	Bolacha salgada integral + margarina + Chá	Biscoito rosquinha de chocolate + Leite	Maçã + Leite + Achocolatado	Bolacha de maisena + Leite
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com abobrinha + Salada de pepino	Arroz + Feijão + Estrogonofe de frango + Batatas rústicas assadas + Salada de alface + Agrião + Goiaba	Arroz + Feijão + Carne em cubos com abóbora + Salada de repolho + Banana	Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Farofa de couve + Salada de pepino e tomate	Arroz + Feijão + Carne moída com berinjela + Salada de acelga e cenoura + Maçã
	16/jun	17/jun	18/jun	19/jun	20/jun
DESJEJUM	Biscoito rosquinha de chocolate + Chá	Bolacha salgada integral + margarina + Leite + Achocolatado	Bolacha maisena + Leite + Cacau 50%	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Escondidinho carne moída + Salada de pepino e cenoura	Arroz + Feijão + Frango com chuchu + Salada de rúcula e tomate	Arroz + Feijão + Carne em cubos com mandioca + Salada de repolho e cenoura + Banana		
	23/jun	24/jun	25/jun	26/jun	27/jun
DESJEJUM	Bolacha salgada integral + margarina + Chá	Banana + Leite + Achocolatado	Biscoito rosquinha de chocolate + Leite	Bolacha salgada + requeijão Leite + Cacau 50%	Bolacha maisena + Leite
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com tomate + Salada de acelga e cenoura	Arroz + Feijão + Frango ao sugo + Polenta + Salada de alface e cenoura	Arroz + Feijão + Carne moída refogada com chuchu + Salada de repolho e tomate + Banana	Arroz + Feijão + Frango com batata + Salada de pepino e beterraba + Laranja	Cardápio junino: Milho verde cozido + Caldo verde + Pipoca + Canjica + Bolo de Fubá + Suco de uva
	30/jun	01/jul	02/jul	03/jul	04/jul
DESJEJUM	Bolacha salgada integral + requeijão + Leite	Bolacha maisena + Leite + Cacau 50%	Bolacha salgada + requeijão Chá	Biscoito rosquinha de chocolate + Leite	Mamão + Leite + Achocolatado
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Carne moída com cenoura + Salada de acelga e beterraba	Arroz + Feijão + Escondidinho de frango + Salada de alface e cenoura + Mexerica	Arroz + Feijão + Carne em cubos com batata doce + Salada de acelga e pepino + Mamão	Macarronada ao sugo + Sobrecoxa assada + Salada de repolho e cenoura + Banana	Arroz + Feijão + Carne moída refogada + Salada de pepino e tomate

Elissa Caroline Mendes Nascimento

Nutricionista

CRN-3: 34839

Fabiani Alves Pereira

Nutricionista

CRN-3: 33495

Hélla Saguchi

Nutricionista

CRN-3: 9769

O Cardápio pode ser sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos produtos. Favor registrar no mapa de controle das refeições.