

 MERENDA ESCOLAR HORÁRIOS	ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS) – DEZEMBRO/2023				
	<i>Segunda-feira</i> 04/12	<i>Terça-feira</i> 05/12	<i>Quarta-feira</i> 06/12	<i>Quinta-feira</i> 07/12	<i>Sexta-feira</i> 08/12
Tarde 15h00min	Quirera com carne suína, feijão preto, salada e sobremesa fruta	Macarronada caseira com carne moída, salada e fruta	Sagu, quibe assado e fruta Festa de aniver escola Monteiro Bolo recheado, Cachorro quente, suco e brigadeiro 100 % cacau	Risoto colorido com cenoura milho e ervilha, maionese, saladas, e sobremesa fruta	FERIADO

Obs: Utilizar temperos naturais como, alho, cebola, orégano e temperos verdes. Cozinhar todos os alimentos, com uma pitada de sal iodado até deixá-los macios.

Obs: Lembrem que em todas as preparações doces deve ser usado o açúcar mascavo.


Vanessa Pan
 Nutricionista da Merenda Escolar
 CRN: 89800

 HORÁRIOS	ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS) – DEZEMBRO/2023				
	Segunda-feira 11/12	Terça-feira 12/12	Quarta-feira 13/12	Quinta-feira 14/12	Sexta-feira 15/12
Tarde 15h00min	Polenta cremosa com frango ao molho, saladas e sobremesa fruta	Macarronada caseira com carne moída, saladas e sobremesa fruta	Sagu, quibe assado e fruta Festa de aniver escola Bento Bolo recheado, pizza, suco e sorvete Festa da família escola Osvaldo Bolo recheado, pastel, brigadeiro, suco Festa de aniver escola Pedro Bolo recheado, pastel, sorvete e suco	Bolo tipo cuca Royal, suco e fruta	Arroz, feijão preto, farofa colorida, peixe assado, saladas e sobremesa fruta

Obs: Utilizar temperos naturais como, alho, cebola, orégano e temperos verdes. Cozinhar todos os alimentos, com uma pitada de sal iodado até deixá-los macios.

Obs: Lembrem que em todas as preparações doces deve ser usado o açúcar mascavo.


Vanessa Pan
 Nutricionista da Merenda Escolar
 CRN: 89800

 HORÁRIOS	ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS) – DEZEMBRO/2023				
	<i>Segunda-feira</i> 18/12	<i>Terça-feira</i> 19/12	<i>Quarta-feira</i> 20/12	<i>Quinta-feira</i> 21/12	<i>Sexta-feira</i> 22/12
Tarde 15h00min	Conselho de classe s/ aluno	Arroz, lasanha, salada e fruta	Risoto colorido com salada e fruta	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

Obs: Utilizar temperos naturais como, alho, cebola, orégano e temperos verdes. Cozinhar todos os alimentos, com uma pitada de sal iodado até deixá-los macios.

Obs: Lembrem que em todas as preparações doces deve ser usado o açúcar mascavo.


 Vanessa Pan
 Nutricionista da Merenda Escolar
 CRN: 89800