



**PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRETOS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER**  
**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**



**CARDÁPIOS 2018 – Maio**  
**Projetos**

	<b>SEGUNDA-FEIRA (07/05)</b>	<b>TERÇA-FEIRA (08/05)</b>	<b>QUARTA-FEIRA (09/05)</b>	<b>QUINTA-FEIRA (10/05)</b>	<b>SEXTA-FEIRA (11/05)</b>
<b>Lanche manhã/tarde</b>	Curau	Bolo de fubá + chá	Pão com margarina + leite com achocolatado	Tangerina + torta de legumes	Banana + bolacha
	<b>SEGUNDA-FEIRA (14/05)</b>	<b>TERÇA-FEIRA (15/05)</b>	<b>QUARTA-FEIRA (16/05)</b>	<b>QUINTA-FEIRA (17/05)</b>	<b>SEXTA-FEIRA (18/05)</b>
<b>Lanche manhã/tarde</b>	Bolo de chocolate + chá	Bolacha + chá	Pão com margarina + leite com achocolatado	Banana + bolacha	Tangerina + gelatina
	<b>SEGUNDA-FEIRA (21/05)</b>	<b>TERÇA-FEIRA (22/05)</b>	<b>QUARTA-FEIRA (23/05)</b>	<b>QUINTA-FEIRA (24/05)</b>	<b>SEXTA-FEIRA (25/05)</b>
<b>Lanche manhã/tarde</b>	Bolacha + leite	Bolo branco + suco de caju	Pão com margarina + leite com achocolatado	Tangerina + gelatina	Laranja + torta de legumes
	<b>SEGUNDA-FEIRA (28/05)</b>	<b>TERÇA-FEIRA (29/05)</b>	<b>QUARTA-FEIRA (30/05)</b>	<b>QUINTA-FEIRA (31/05)</b>	<b>SEXTA-FEIRA (01/05)</b>
<b>Lanche manhã/tarde</b>	Bolo de milho + chá	Bolacha + laranja	Pão com margarina + leite com achocolatado	Feriado	Ponto Facultativo

  
Vanessa Giselle Lopes Ribeiro  
Nutricionista  
CRN-3 18029

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES MEDIANTE AUTORIZAÇÃO DA NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL**

### **Receitas e Observações referentes ao Cardápio**

- As saladas de folhas verdes podem ser substituídas uma pela outra, como alface, chicória e couve, sem prejuízo nutricional, pois são igualmente fonte de fibras, vitaminas e minerais.
- Os legumes referidos no cardápio podem ser substituídos entre si somente em casos excepcionais, decorrentes ao clima, safra e entrega de fornecedores, como beterraba, chuchu, cenoura, abobrinha, abóbora cabotiã, abóbora moranga, repolho, pepino e tomate.
- Os tubérculos planejados em cardápio, como batata, batata-doce e mandioca, podem ser substituídos entre si somente em casos excepcionais, decorrentes ao clima, safra e entrega de fornecedores.
- As frutas esquematizadas no cardápio, como laranja, tangerinas, banana e mamão, podem ser trocadas uma pela outra sem prejuízo nutricional, visto que são igualmente fonte de fibras, vitaminas e minerais, e também sofrem ação do clima e, com a sazonalidade.
- Quando houver problemas no fornecimento, as saladas de folha (alface, acelga, couve e outras) poderão ser substituídas por saladas de cenoura ralada, tomate, beterraba, abobrinha, chuchu e outros, desde que esses itens não faltem para o fiel cumprimento de outros dias do cardápio.

#### **Receita:**

##### **Pizza de liquidificador**

###### Massa:

- 1 xícara (chá) de leite
- 1 ovo
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de margarina
- 1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 colher (sobremesa) de fermento em pó

###### Modo de preparo:

- No liquidificador bata o leite, o ovo, o sal, o açúcar, a margarina, a farinha de trigo e o fermento em pó até que tudo esteja incorporado.
- Despeje a massa em uma assadeira para pizza untada com margarina e leve ao forno preaquecido por 20 minutos.
- Retire do forno e passe o molho de tomate, cubra a massa com muçarela ralada, tomate e orégano a gosto.
- Leve novamente ao forno até derreter a muçarela.