

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE SÃO PAULO- CÂMPUS REGISTRO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO ENSINO MÉDIO INTEGRADO AO TÉCNICO E ENSINO TÉCNICO CONCOMITANTE E SUBSEQUENTE					
Semana 3 (19/09/2022 até 23/09/2022)					
Lanche da Manhã					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Bebida	Suco de Uva	Suco de Laranja	Vitamina		Suco de uva
Fruta					
Comida	Biscoito doce	Pão de biomassa de banana verde	Pão de biomassa de banana verde	Maçã desidratada	Biscoito doce
Almoço					
Base 1	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
Base 2	Feijão Carioca	Feijão preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Acompanhamento	Farofa com legumes	Abobrinha	Berinjela refogada	Macarrão com brócolis	Chuchu refogado
Prato Principal	Isclas de carne	Isclas de frango grelhadas	Quibe de forno	Frango assado	Carne moída com mandioca
Salada	Milho com ervilha	Pepino	Couve com cebola	Tomate	Soja com cebola
Lanche da Tarde					
Fruta	Leite com café	Banana Prata	Maçã	Banana Prata	Maçã
Outra preparação	Pão de biomassa de banana verde				
Lanche da Noite (20:30-21:00) Concomitante/Subsequente					
Bebida					Café com leite
Fruta		Banana Prata		Maçã	
Comida	Maçã desidratada		Mandioca chips	Biscoito doce	Biscoito Salgado

Cardápio sujeito a modificações sem aviso prévio