

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

Lanche da Manhã (09:40 - 09:55) - Ensino técnico integrado ao ensino médio

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Bebida		Leite com chocolate			
Fruta					Banana Prata orgânica
Comida	Biscoito salgado	Pão de biomassa de banana verde	Biscoito salgado	Mandioca chips	Biscoito doce

Almoço (11:40 - 13:00) - Ensino técnico integrado ao ensino médio

Base 1	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco	Arroz Branco
Base 2	Feijão preto	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Acompanhamento	Berinjela assada com azeitonas	Palmito refogado	Abobrinha refogada	Macarrão ao sugo	Polenta
Prato Principal	Carne de panela com batata	Carne bovina com molho de tomate	Filé de frango grelhado	Carne suína cozida	Coxa e sobrecoxa assadas
Salada	Couve	Pepino	Beterraba	Grão de bico	Chuchu

Lanche da Tarde (15:10-15:25) - Ensino técnico integrado ao ensino médio

Fruta					
--------------	--	--	--	--	--