

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE SÃO PAULO- CÂMPUS REGISTRO					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE					
CARDÁPIO MÉDIO INTEGRADO AO ENSINO TÉCNICO E ENSINO TÉCNICO CONCOMITANTE E SUBSEQUENTE					
Semana 1					
Lanche da Manhã (09:40 - 09:55)					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Bebida	Chá	Chá	Chá	Chá	Chá
Fruta			Banana		
Comida	Pão de forma	Pão de Biomassa	Pão de forma	Torta de Palmito	Pão de forma
Almoço (11:30 - 13:00)					
Base 1	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
Base 2	Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca
Acompanhamento	Repolho refogado	Macarrão ao sugo	Tabule	Farofa	Salada de macarrão
Prato Principal	Linguiça acebolada	Frango em tiras/ Bisteca suína	Carne moída com com batata	Coxa e sobrecoxa assadas	Quibe assado
Salada	Beterraba cozida/ Acelga com cenoura	Alface com tomate	Alface com vinagrete	Beterraba ralada	Vinagrete de repolho/ Alface com acelga
Lanche da Tarde (15:10-15:25)					
Fruta	Banana	Maça	Banana	Maçã	Banana
Bebida/Preparação	Chá	Chà	Chá	Chá	Chá
Lanche da Noite (20:30-21:00) Concomitante/Subsequente					
Bebida	Chá	Chá	Chá	Chá	Chá
Fruta					
Comida	Pão de biomassa	Pão de forma	Torta de palmito	Torta de banana	Quibe assado
Cardápio Elaborado com base na proposta da Nutricionista Thaiza Góes Fruneaux					
Cardápio sujeito a alterações sem aviso prévio, conforme disponibilidade de alimentos/produtos.					