



## CARDÁPIO ROTATIVO DO 1º MÊS

### Semana 01

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Matutino 9:45 h	Sem oferta	Mingau de milho.	Mingau de maisena.	Mingau de aveia.	Achocolatado com biscoito doce.
Vespertino 16:00 h	Achocolatado com biscoito salgado.	logurte de fruta com biscoito salgado.	Suco fruta com macaxeira amanteigada	Suco de fruta com pão com ovo.	Sem oferta
Noturno 20:45 h	Mingau de Aveia.	Mingau de milho.	Mingau de maisena.	Mingau de aveia.	Mingau de mungunzá.

### Semana 02

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Matutino 9:45 h	Sem oferta	Mingau de cremogema.	Mingau de Aveia.	Mingau de Mungunzá.	Farofa de carne seca com suco de fruta.
Vespertino 16:00 h	Vitaminada de fruta.	Achocolatado com biscoito salgado	Suco de fruta com bolinho de chuva.	Suco de fruta com pipoca.	Sem oferta
Noturno 20:45 h	Mingau de arroz doce.	Mingau de cremogema.	Mingau de Aveia.	Mingau de Mungunzá	Mingau de Maizena



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO AMAZONAS



Campus São Gabriel da Cachoeira

CARDÁPIO ROTATIVO DO 1º MÊS

Semana 03

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Matutino 9:45 h	Sem oferta	Mingau de Aveia	Mingau de milho.	Mingau de maisena.	Suco de fruta com rosquinha salgada.
Vespertino 16:00 h	Suco de fruta com pão com ovo.	logurte de fruta com biscoito doce.	Achocolatado com biscoito doce.	Suco de fruta com Biscoito salgado.	Sem oferta
Noturno 20:45 h	Mingau de cremogema.	Mingau de Aveia	Mingau de milho.	Mingau de maisena.	Mingau de Mungunzá.

Semana 04

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Matutino 9:45 h	Sem oferta	Mingau de arroz doce.	Mingau de Mungunzá.	Mingau de Aveia	Achocolatado com biscoito salgado.
Vespertino 16:00 h	Suco de fruta com pipoca.	Suco fruta com macaxeira amanteigada	Farofa de carne seca com suco de fruta.	Vitaminada de fruta.	Sem oferta
Noturno 20:45 h	Mingau de Aveia.	Mingau de arroz doce.	Mingau de Mungunzá.	Mingau de Aveia	Mingau de cremogema.

Observação: Este cardápio sofrerá alterações de acordo com a entrega de gêneros da merenda regionalizada, tornando-o mais variado e nutritivo, sendo readequado a medida que fomos recebendo pois, devido experiências anteriores, contar com o fornecimento dos agricultores pode comprometer a oferta da merenda escolar devido dificuldades diversas dos agricultores locais.

Roberta Gouveia da Silva Machado  
TAE-Nutricionista  
IFAM campus São Gabriel da Cachoeira  
SIAPI 2242481