

# REFEIÇÕES DE MAIO DE 2021 DO ENSINO FUNDAMENTAL I

SEGUNDA 3/5/21		TERÇA 4/5/21 + 5/5/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA		QUINTA 6/5/21		SEXTA 7/5/21 NÃO HÁ DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES NO SÁBADO + DOMINGO			
CAL		CAL		CAL		CAL		CAL	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>									
<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup></b> 232	<b>Barra de Framboesa<sup>^IN</sup></b> 231	<b>Pão Bagel<sup>IN</sup> c/ Queijo Cremoso<sup>^</sup></b> 130/70	<b>Cheerios Multi Cereais<sup>^IN</sup></b> 100	<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup></b> 232	<b>Wrap de Ovo e Queijo<sup>^IN/EI</sup></b> 180	<b>Panquecas<sup>^IN</sup></b> 210-220			
Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60			
Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120			
<b>ALMOÇO</b>									
<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 280	<b>logurte<sup>^</sup> + Granola<sup>IN</sup></b> 180/220	<b>Queijo Frito Empanado<sup>^IN</sup> c/ Brócolis</b> 440	<b>Sand. de <sup>IN</sup> Frango Empanado<sup>+</sup></b> 342	<b>Croissant de Presunto de Frango + Queijo<sup>^IN</sup></b> 340	<b>Coxa de Frango<sup>^IN</sup> c/ Batatinha Assada</b> 330	<b>Taco<sup>~</sup> c/ Milho<sup>^IN</sup></b> 169			
Mini Cenouras 35	Suco de Vegetais 40	Pote c/ Molho Marinara 45	<b>Pizza<sup>^IN/EI</sup></b> 359	Mini Cenouras 35	Passas de Cranberries 110	Chips de Tortilha <sup>IN</sup> 110			
Sorvete de Frutas 77	Mirtilo 40	Maças Cortadas 30	Tomate-Cereja c/ Ranch 9/55	Fruta Fresca 30-96	Biscoito <sup>IN</sup> 194	Copo de Molho Mexicano 25			
Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Mix de Frutas 68	Leite 90-120	Leite 90-120	Pêssegos 53			
			Leite 90-120			Leite 90-120			
<b>JANTAR</b>									
<b>Sand. de Creme de Amendoim c/ Geleia<sup>a.IN</sup></b> 631	<b>Enroladinho de Mirtilo<sup>^IN</sup></b> 380	<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 222	<b>Pote de Húmus<sup>^</sup> c/ Bolachas de Queijo<sup>IN</sup></b> 320						
<b>OU</b>	<b>Queijo + Pretzel<sup>^IN/EI</sup></b> 118/140	Grão-de-Bico Torrado 160	Mini Cenouras 35						
<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280	Mini Cenouras 35	Uva Passa 127	Pêssegos 53						
<b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup></b> 330	Fruta Fresca 30-96	Leite 90-120	Leite 90-120						
Suco de Vegetais 40	Leite 90-120								
Passas de Cranberries 110									
Leite 90-120									
<b>LANCHE</b>									
<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Bolachas de Queijo<sup>IN</sup></b> 100	<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup></b> 100	<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup></b> 120						
	Suco Capri Sun 80	Leite 90-120	Leite 90-120						

**Processo Online para Requisição de Recursos Alimentares Disponível 24/7.** Residentes que estão em busca de recursos de assistência alimentar agora podem solicitar ajuda através do preenchimento de um simples formulário. Disponível em sete idiomas (amárico, chinês, inglês, francês, coreano, espanhol e vietnamita), o formulário será revisado por um especialista de recursos treinado e os residentes receberão uma ligação de volta dentro de um dia útil. O especialista determinará as necessidades alimentares individuais do residente e o ajudará a localizar assistência alimentar em sua comunidade. Nenhuma informação de identificação pessoal é necessária para obter ajuda. Estão disponíveis informações sobre locais de distribuição gratuita de alimentos, entrega gratuita de refeições e mantimentos, SNAP (Vale-Refeição), fornecedores locais de assistência alimentar e outros recursos do Condado de Montgomery. Os residentes também podem ligar para 311 e solicitar contato com a Central de Atendimento de Acesso a Alimentos (em inglês, Food Access Call Center) para solicitar ajuda para suas necessidades alimentares.

## SUBSTITUIÇÕES

Abreviaturas, Siglas e Símbolos: ~ Carne Cal Calorias EI Embalado Individualmente  
^Sem Carne a. Amendoim \*Carne de Porco +Carne de Ave IN = Integral

Substituição Diária (Vegetariana/Vegana): Potes c/ Creme de Amendoim<sup>a.v.</sup> · Pão Bagel<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite OU Queijo<sup>^</sup> · Pretzel Macio<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite

**O menu está sujeito a mudanças de acordo com o fornecimento dos produtos.**

Esta instituição prevê oportunidades iguais.

# REFEIÇÕES DE MAIO DE 2021 DO ENSINO FUNDAMENTAL I

SEGUNDA 10/5/21		TERÇA 11/5/21 + 12/5/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA		QUINTA 13/5/21		SEXTA 14/5/21 NÃO HÁ DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES NO SÁBADO + DOMINGO	
CAL		CAL		CAL		CAL	
<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup> 232</b>		<b>Barra de Framboesa<sup>^IN</sup> 231</b>		<b>Pão Bagel<sup>IN</sup> c/ Queijo Cremoso<sup>^</sup> 130/70</b>		<b>Cheerios Multi Cereais<sup>^IN</sup> 100</b>	
Suco de Laranja 60	Leite 90-120	Suco de Maçã 60	Leite 90-120	Suco de Laranja 60	Leite 90-120	Suco de Maçã 60	Leite 90-120
				NÃO HAVERÁ AULA			
						<b>Linguixa de Carne<sup>~</sup> + Mini Bagel de Queijo<sup>IN/EI</sup> 235</b>	
						Suco de Laranja 60	
						Leite 90-120	
						<b>Panquecas<sup>^IN</sup> 210-220</b>	
						Suco de Laranja 60	
						Leite 90-120	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>							
<b>ALMOÇO</b>							
<b>Sand. de Pres. de Frango<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup> 350</b>		<b>logurte<sup>^</sup> + Granola<sup>IN</sup> 180/220</b>		<b>Pacote de Pizza c/ Molho<sup>499</sup> OU Nuggets de Frango<sup>+IN</sup> c/ Milho 318</b>		<b>Sand. de<sup>IN</sup> Frango Empanado<sup>+</sup> 342 OU Pizza<sup>^IN/EI</sup> 359</b>	
Mini Cenouras 35	Leite 90-120	Suco de Vegetais 40	Mirtilo 40	Maçãs Cortadas 30	Leite 90-120	Mini Cenouras 35	Leite 90-120
Sorvete de Frutas 77						Fruta Fresca 30-96	Leite 90-120
				NÃO HAVERÁ AULA			
						<b>Hambúrguer<sup>~</sup> no Pão<sup>IN</sup> c/ Batatas de Forno 429</b>	
						Pêssegos 53	
						Leite 90-120	
						<b>Tangerina<sup>+IN</sup> c/ Arroz c/ Veg.<sup>IN</sup> 290</b>	
						Suco de Vegetais 40	
						Uva Passa 127	
						Leite 90-120	
<b>JANTAR</b>							
<b>Sand. de Creme de Amendoim c/ Geleia<sup>a.IN</sup> 631</b>		<b>Sand. Pres. de Peru<sup>+</sup> + Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup> 222</b>		<b>logurte<sup>^</sup> + Granola<sup>IN</sup> 180/220</b>		NÃO HAVERÁ AULA	
<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup> 280</b>	<b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup> 330</b>	Grão-de-Bico Torrado 160	Mix de Frutas 68	Suco de Vegetais 40	Fruta Fresca 30-96		
Suco de Vegetais 40	Leite 90-120	Leite 90-120		Leite 90-120			
Passas de Cranberries 110							
Leite 90-120							
<b>LANCHE</b>							
<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup> 200</b>		<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup> 120</b>		<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup> 100</b>		NÃO HAVERÁ AULA	
		Suco Capri Sun 80		Leite 90-120			

**Processo Online para Requisição de Recursos Alimentares Disponível 24/7.** Residentes que estão em busca de recursos de assistência alimentar agora podem solicitar ajuda através do preenchimento de um simples formulário. Disponível em sete idiomas (américo, chinês, inglês, francês, coreano, espanhol e vietnamita), o formulário será revisado por um especialista de recursos treinado e os residentes receberão uma ligação de volta dentro de um dia útil. O especialista determinará as necessidades alimentares individuais do residente e o ajudará a localizar assistência alimentar em sua comunidade. Nenhuma informação de identificação pessoal é necessária para obter ajuda. Estão disponíveis informações sobre locais de distribuição gratuita de alimentos, entrega gratuita de refeições e mantimentos, SNAP (Vale-Refeição), fornecedores locais de assistência alimentar e outros recursos do Condado de Montgomery. Os residentes também podem ligar para 311 e solicitar contato com a Central de Atendimento de Acesso a Alimentos (em inglês, Food Access Call Center) para solicitar ajuda para suas necessidades alimentares.

## SUBSTITUIÇÕES

Abreviaturas, Siglas e Símbolos: ~ Carne Cal Calorias EI Embalado Individualmente  
^Sem Carne a. Amendoim \*Carne de Porco +Carne de Ave IN = Integral

Substituição Diária (Vegetariana/Vegana): Potes c/ Creme de Amendoim<sup>a.v.</sup> · Pão Bagel<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite OU Queijo<sup>^</sup> · Pretzel Macio<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite

**O menu está sujeito a mudanças de acordo com o fornecimento dos produtos.**

Esta instituição provê oportunidades iguais.

# REFEIÇÕES DE MAIO DE 2021 DO ENSINO FUNDAMENTAL I

SEGUNDA 17/5/21		TERÇA 18/5/21 + 19/5/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA		QUINTA 20/5/21		SEXTA 21/5/21 NÃO HÁ DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES NO SÁBADO + DOMINGO	
CAL		CAL		CAFÉ DA MANHÃ		CAL	
<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup></b> 232	<b>Barra de Framboesa<sup>^IN</sup></b> 231	<b>Pão Bagel<sup>IN</sup> c/ Queijo Cremoso<sup>^</sup></b> 130/70	<b>Cheerios Multi Cereais<sup>^IN</sup></b> 100	<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup></b> 232	<b>Panquecas<sup>^IN</sup></b> 210-220	<b>Wrap de Ovo e Queijo<sup>^IN/EI</sup></b> 180	
Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	
Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	
ALMOÇO							
<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 236-270	<b>logurte<sup>^</sup> + Granola<sup>IN</sup></b> 180/220	<b>Queijo Frito Empanado<sup>^IN</sup> c/ Brócolis</b> 440	<b>Sand. de<sup>IN</sup> Frango Empanado<sup>+</sup></b> 342	<b>Croissant de Presunto de Frango + Queijo<sup>^IN</sup></b> 340	<b>Coxa de Frango<sup>^IN</sup> c/ Batatinha Assada</b> 330	<b>Taco<sup>~</sup> c/ Milho<sup>^IN</sup></b> 169	
Grão-de-Bico Torrado 160	Suco de Vegetais 40	Pote c/ Molho Marinara 45	<b>Pizza<sup>^IN/EI</sup></b> 359	Mini Cenouras 35	Biscoito <sup>IN</sup> 194	Chips de Tortilha <sup>IN</sup> 110	
Sorvete de Frutas 77	Mirtilo 40	Maçãs Cortadas 30	Tomate-Cereja c/ Ranch 9/55	Fruta Fresca 30-96	Passas de Cranberries 110	Copo de Molho Mexicano 25	
Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Mix de Frutas 68	Leite 90-120	Leite 90-120	Pêssegos 53	
			Leite 90-120			Leite 90-120	
JANTAR							
<b>Sand. de Creme de Amendoim c/ Geleia<sup>a. IN</sup></b> 631	<b>Pote de Húmus<sup>^</sup> c/ Bolachas de Queijo<sup>IN</sup></b> 320	<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 227-280	<b>Sanduíche de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280				
<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280	Mini Cenouras 35	Pêssegos 53	Pote c/ Molho Marinara 4				
<b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup></b> 330	Mix de Frutas 68	Fruta Fresca 30-96	Pêssegos 53				
Suco de Vegetais 40	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120				
Mix de Frutas Secas 120							
Leite 90-120							
LANCHE							
<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup></b> 100	<b>Bolachas de Queijo<sup>IN</sup></b> 100	<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup></b> 120				
	Leite 90-120	Suco Capri Sun 80	Leite 90-120				

**Processo Online para Requisição de Recursos Alimentares Disponível 24/7.** Residentes que estão em busca de recursos de assistência alimentar agora podem solicitar ajuda através do preenchimento de um simples formulário. Disponível em sete idiomas (amárico, chinês, inglês, francês, coreano, espanhol e vietnamita), o formulário será revisado por um especialista de recursos treinado e os residentes receberão uma ligação de volta dentro de um dia útil. O especialista determinará as necessidades alimentares individuais do residente e o ajudará a localizar assistência alimentar em sua comunidade. Nenhuma informação de identificação pessoal é necessária para obter ajuda. Estão disponíveis informações sobre locais de distribuição gratuita de alimentos, entrega gratuita de refeições e mantimentos, SNAP (Vale-Refeição), fornecedores locais de assistência alimentar e outros recursos do Condado de Montgomery. Os residentes também podem ligar para 311 e solicitar contato com a Central de Atendimento de Acesso a Alimentos (em inglês, Food Access Call Center) para solicitar ajuda para suas necessidades alimentares.

## SUBSTITUIÇÕES

Abreviaturas, Siglas e Símbolos: ~ Carne Cal Calorias EI Embalado Individualmente  
<sup>^</sup>Sem Carne a. Amendoim \*Carne de Porco +Carne de Ave IN = Integral

Substituição Diária (Vegetariana/Vegana): Potes c/ Creme de Amendoim<sup>a.v.</sup> · Pão Bagel<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite OU Queijo<sup>^</sup> · Pretzel Macio<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite

**O menu está sujeito a mudanças de acordo com o fornecimento dos produtos.**

Esta instituição provê oportunidades iguais.

# REFEIÇÕES DE MAIO DE 2021 DO ENSINO FUNDAMENTAL I

SEGUNDA 24/5/21		TERÇA 25/5/21 + 26/5/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA		QUINTA 27/5/21		SEXTA 28/5/21 NÃO HÁ DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES NO SÁBADO + DOMINGO	
CAL		CAL		CAL		CAL	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>							
<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup></b> 232	<b>Barra de Framboesa<sup>^IN</sup></b> 231	<b>Pão Bagel<sup>IN</sup> c/ Queijo Cremoso<sup>^</sup></b> 130/70	<b>Cheerios Multi Cereais<sup>^IN</sup></b> 100	<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup></b> 232	<b>Linguiça de Carne<sup>~</sup> + Mini Bagel de Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 235	<b>Wrap de Ovo e Queijo<sup>^IN/EI</sup></b> 180	
Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	Suco de Maçã 60	Suco de Laranja 60	
Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	
<b>ALMOÇO</b>							
<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 236-270	<b>logurte<sup>^</sup> + Granola<sup>IN</sup></b> 180/220	<b>Massa com Molho de Queijo<sup>IN^</sup></b> 428	<b>Pedaços de Frango<sup>^IN</sup> e Salada<sup>^</sup></b> 230 <b>OU</b>	<b>Sand. de<sup>IN</sup> Frango Empanado<sup>+</sup></b> 342 <b>OU</b>	<b>Hambúrguer<sup>~</sup> no Pão<sup>IN</sup> c/ Batatas de Forno</b> 429	<b>Frango c/ Molho Doce Apimentado<sup>+</sup> c/ Arroz c/ Veg.<sup>IN</sup></b> 301	
Grão-de-Bico Torrado 160	Suco de Vegetais 40	Mini Cenouras 35	<b>Cachorro-Quente de Peru<sup>+</sup> no Pão<sup>IN</sup> c/ Feijão</b> 302	<b>Pizza<sup>^IN/EI</sup></b> 359	Pêssegos 53	Suco de Vegetais 40	
Sorvete de Frutas 77	Mirtilo 40	Maçãs Cortadas 35	Mix de Frutas 68	Mini Cenouras 35	Leite 90-120	Uva Passa 127	
Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Fruta Fresca 30-96		Leite 90-120	
<b>JANTAR</b>							
<b>Sand. de Creme de Amendoim c/ Geleia<sup>a.IN</sup></b> 631 <b>OU</b>	<b>Enroladinho de Mirtilo<sup>^IN</sup></b> 380 <b>OU</b>	<b>Sand. de Pres. de Frango<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 350	<b>Pizza<sup>^IN/EI</sup></b> 359				
<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280	<b>Queijo + Pretzel<sup>^IN/EI</sup></b> 118/140	Mini Cenouras 35	Pote c/ Molho Marinara 45				
<b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup></b> 330	Suco de Vegetais 40	Fruta Fresca 30-96	Mix de Frutas 68				
Mini Cenouras 35	Pêssegos 53	Leite 90-120	Leite 90-120				
Passas de Cranberries 110	Leite 90-120						
Leite 90-120							
<b>LANCHE</b>							
<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Chips de Tortilha<sup>IN</sup></b> 110	<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup></b> 100	<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup></b> 120				
	Suco Capri Sun 80	Leite 90-120	Leite 90-120				

**Processo Online para Requisição de Recursos Alimentares Disponível 24/7.** Residentes que estão em busca de recursos de assistência alimentar agora podem solicitar ajuda através do preenchimento de um simples formulário. Disponível em sete idiomas (amárico, chinês, inglês, francês, coreano, espanhol e vietnamita), o formulário será revisado por um especialista de recursos treinado e os residentes receberão uma ligação de volta dentro de um dia útil. O especialista determinará as necessidades alimentares individuais do residente e o ajudará a localizar assistência alimentar em sua comunidade. Nenhuma informação de identificação pessoal é necessária para obter ajuda. Estão disponíveis informações sobre locais de distribuição gratuita de alimentos, entrega gratuita de refeições e mantimentos, SNAP (Vale-Refeição), fornecedores locais de assistência alimentar e outros recursos do Condado de Montgomery. Os residentes também podem ligar para 311 e solicitar contato com a Central de Atendimento de Acesso a Alimentos (em inglês, Food Access Call Center) para solicitar ajuda para suas necessidades alimentares.

## SUBSTITUIÇÕES

Abreviaturas, Siglas e Símbolos: ~ Carne Cal Calorias EI Embalado Individualmente  
^Sem Carne a. Amendoim \*Carne de Porco +Carne de Ave IN = Integral

Substituição Diária (Vegetariana/Vegana): Potes c/ Creme de Amendoim<sup>a.v.</sup> · Pão Bagel<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite OU Queijo<sup>^</sup> · Pretzel Macio<sup>IN</sup> · Suco de Vegetais · Fruta Fresca · Leite

**O menu está sujeito a mudanças de acordo com o fornecimento dos produtos.**

Esta instituição provê oportunidades iguais.