

# REFEIÇÕES PARA VIAGEM DO ENSINO SECUNDÁRIO DE ABRIL DE 2021

SEGUNDA 5/4/21	TERÇA 6/4/21 + 7/4/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA		QUINTA 8/4/21	SEXTA 9/4/21 NÃO HÁ DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES NO SÁBADO + DOMINGO			
CAL	CAL	CAL	CAFÉ DA MANHÃ		CAL	CAL	CAL
NÃO HAVERÁ AULA	<b>Barra de Framboesa<sup>^IN</sup> 231</b> Suco de Laranja 60 Leite 90-120	<b>Pão Bagel<sup>IN</sup> c/ Queijo Cremoso<sup>^</sup> 130/70</b> Suco de Laranja 60 Leite 90-120	<b>Cheerios Multi Cereais<sup>^IN</sup> 100</b> Suco de Laranja 60 Leite 90-120	<b>Rolo de Canela<sup>^IN</sup> 232</b> Suco de Laranja 60 Leite 90-120	<b>Panquecas<sup>^IN</sup> 210-220</b> Suco de Laranja 60 Leite 90-120	<b>Wrap de Ovo e Queijo<sup>^IN/EI</sup> 180</b> Suco de Laranja 60 Leite 90-120	
<b>ALMOÇO</b>							
NÃO HAVERÁ AULA	<b>Sand. de Frango Empanado<sup>^IN</sup> 340</b> Pote de Húmus 110 Pêssegos 53 Leite 90-120	<b>logurte<sup>^</sup> + Granola<sup>IN</sup> 180/220</b> Suco de Vegetais 40 Mirtilo 40 Leite 90-120	<b>Sand. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup> 236-270</b> Pote c/ Molho Mexicano 25 Chips de Tortilha <sup>IN</sup> 110 Passas de Cranberries 110 Leite 90-120	<b>Pacote de Pizza c/ Molho 499</b> Maçãs Cortadas 30 Leite 90-120	<b>Massa com Molho de Queijo<sup>IN^</sup> 428</b> Grão-de-Bico Torrado 160 Passas de Cranberries 110 Leite 90-120	<b>Coxa de Frango<sup>^IN</sup> c/ Batata Assada + Pão<sup>IN</sup> 330/70</b> Sorvete de Frutas 77 Leite 90-120	
<b>JANTAR</b>							
NÃO HAVERÁ AULA	<b>Enroladinho de Mirtilo<sup>^IN</sup> 380</b> OU <b>Queijo + Pretzel<sup>^IN/EI</sup> 118/140</b> Mini Cenouras 35 Fruta Fresca 30-96 Leite 90-120	<b>Sand. de Creme de Amendoim c/ Geleia<sup>a.IN</sup> 631</b> OU <b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup> 280</b> <b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup> 330</b> Suco de Vegetais 40 Passas de Cranberries 110 Leite 90-120	<b>Pote de Húmus<sup>^</sup> c/ Bolachas de Queijo<sup>IN</sup> 320</b> Mini Cenouras 35 Pêssegos 53 Leite 90-120				
<b>LANCHE</b>							
NÃO HAVERÁ AULA	<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup> 200</b>	<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup> 100</b> Leite 90-120	<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup> 120</b> 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.

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

## SUBSTITUIÇÕES

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 PARA VIAGEM DO ENSINO SECUNDÁRIO DE ABRIL DE 2021

SEGUNDA 12/4/21		TERÇA 13/4/21 + 14/4/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA		QUINTA 15/4/21		SEXTA 16/4/21 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	NÃO HAVERÁ AULA		<b>Panquecas<sup>^IN</sup></b> 210-220	<b>Linguíça de Carne<sup>~</sup> + Mini Bagel de Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 235
Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60			Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60
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>Sand. de Frango Empanado Apimentado<sup>^IN</sup></b> 340	<b>Croissant de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN</sup></b> 331	<b>Tigela de Frango<sup>+</sup> Sabor Ranch<sup>IN</sup></b> 575	NÃO HAVERÁ AULA		<b>Massa Rotini<sup>WG</sup> + Molho de Carne<sup>~</sup></b> 359	<b>Sand. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 236-270
Grão-de-Bico Torrado 160	Pote de Húmus 110	Chips de Tortilha <sup>IN</sup> 110	Molho de Maçã 50			Suco de Vegetais 40	Chips de Tortilha <sup>IN</sup> 110
Mix de Frutas 68	Maçãs Cortadas 30	Copo de Molho Mexicano 25	Leite 90-120			Sorvete de Frutas 77	Pote c/ Molho Mexicano 25
Leite 90-120	Leite 90-120	Mix de Frutas Secas 120				Leite 90-120	Passas de Cranberries 110
		Leite 90-120					Leite 90-120
<b>JANTAR</b>							
<b>Sand. de Creme de Amendoim c/ Geleia<sup>a.IN</sup></b> 631	<b>Linguíça de Carne<sup>~</sup> + Mini Bagel de Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 235	<b>Pizza<sup>^IN/EI</sup></b> 336	<b>Sand. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 236-270				
<b>OU</b>	Mini Cenouras 35	Pote de Molho Marinara 45	Mini Cenouras 35				
<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280	Mix de Frutas 68	Fruta Fresca 30-96	Mix de Frutas Secas 120				
<b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup></b> 330	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120				
Suco de Vegetais 40							
Passas de Cranberries 110							
Leite 90-120							
<b>LANCHE</b>							
<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup></b> 100	<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup></b> 120				
		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  
<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 PARA VIAGEM DO ENSINO SECUNDÁRIO DE ABRIL DE 2021

SEGUNDA 19/4/21		TERÇA 20/4/21 + 21/4/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA				QUINTA 22/4/21		SEXTA 23/4/21 NÃO HÁ DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES NO SÁBADO + DOMINGO			
CAL		CAL		CAFÉ DA MANHÃ		CAL		CAL		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 Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60
Leite 90-120	Leite 90-120	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	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120
ALMOÇO											
<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 280	<b>Sand. de <sup>IN</sup> Frango Empanado<sup>+</sup></b> 340	<b>Iogurte<sup>^</sup> + Granola<sup>IN</sup></b> 180/220	<b>Sand. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 236-270	<b>Pacote de Pizza c/ Molho</b> 499	<b>Massa com Molho de Queijo<sup>IN^A</sup></b> 428	<b>Coxa de Frango<sup>^IN</sup> c/ Batata Assada + Pão<sup>IN</sup></b> 330/70	Grão-de-Bico Torrado 160	Maçãs Cortadas 30	Grão-de-Bico Torrado 160	Sorvete de Frutas 77	Batata 77
Grão-de-Bico Torrado 160	Pote de Húmus 110	Suco de Vegetais 40	Pote c/ Molho Mexicano 25	Leite 90-120	Passas de Cranberries 110	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120
Molho de Maçã 50	Maçãs Cortadas 30	Mirtilo 40	Chips de Tortilha <sup>IN</sup> 110		Leite 90-120						
Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120	Passas de Cranberries 110								
			Leite 90-120								
JANTAR											
<b>Sand. de Creme de Amendoim c/ Geleia<sup>a, IN</sup></b> 631	<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280	<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 227-280	<b>Pote de Húmus<sup>^</sup> c/ Bolachas de Queijo<sup>IN</sup></b> 320								
<b>OU</b>	Pote c/ Molho Marinara 45	Pêssegos 53	Mini Cenouras 35								
<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280	Mix de Frutas 68	Fruta Fresca 30-96	Pêssegos 53								
<b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup></b> 330	Leite 90-120	Leite 90-120	Leite 90-120								
Suco de Vegetais 40											
Mix de Frutas Secas 120											
Leite 90-120											
LANCHE											
<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup></b> 100	<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup></b> 120								
		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  
<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 PARA VIAGEM DO ENSINO SECUNDÁRIO DE ABRIL DE 2021

SEGUNDA 26/4/21		TERÇA 27/4/21 + 28/4/21 TODAS AS LOCALIDADES FICAM FECHADAS NA QUARTA		QUINTA 29/4/21		SEXTA 30/4/21 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>Panquecas<sup>^IN</sup></b> 210-220	<b>Linguíça de Carne<sup>~</sup> + Mini Bagel de Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 235	
Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 60	Suco de Laranja 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	Leite 90-120
<b>ALMOÇO</b>							
<b>Sand. de Pres. de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 280	<b>Sand. de Frango Empanado Apimentado<sup>^IN</sup></b> 340	<b>Croissant de Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN</sup></b> 331	<b>Tigela de Frango<sup>+</sup> Sabor Ranch<sup>IN</sup></b> 575	<b>Pacote de Proteína<sup>^IN</sup></b> 392	<b>Pizza<sup>^IN/EI</sup></b> 336	<b>Frango ao Molho de Tangerina<sup>+</sup> c/ Arroz c/ Veg.<sup>IN</sup></b> 430	
Grão-de-Bico Torrado 160	Pote de Húmus 110	Chips de Tortilha <sup>IN</sup> 110	Molho de Maçã 50	Mini Cenouras 35	Pote c/ Molho Marinara 45	Brócolis 8	
Mix de Frutas 68	Maçãs Cortadas 30	Copo de Molho Mexicano 25	Leite 90-120	Maçãs Cortadas 30	Sorvete de Frutas 77	Pêssegos 53	
Leite 90-120	Leite 90-120	Mix de Frutas Secas 120		Leite 90-120	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 Peru<sup>+</sup> + Queijo<sup>IN/EI</sup></b> 236-270	<b>Pizza<sup>^IN/EI</sup></b> 336				
<b>OU</b>	<b>OU</b>		Pote c/ Molho Marinara 45				
<b>Sand. de Queijo Grelhado<sup>^IN/EI</sup></b> 280	<b>Queijo + Pretzel<sup>^IN/EI</sup></b> 118/140	Mini Cenouras 35	Mix de Frutas 68				
<b>Sand. de Queijo no Croissant<sup>IN</sup></b> 330	Suco de Vegetais 40	Fruta Fresca 30-96	Leite 90-120				
Mini Cenouras 35	Pêssegos 53	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>Kit de Lanche<sup>IN</sup></b> 200	<b>Tigela de Cereal<sup>IN</sup></b> 100	<b>Bolacha Grahams<sup>IN</sup></b> 120				
		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 (amárigo, 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.