



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR – MODALIDADE: PRÉ ESCOLA/ENSINO FUNDAMENTAL

| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | Média Semanal |
|-----------|--|---|---|---|---|---|
| | 03/06 – 01/07 | 04/06 – 02/07 | 05/06 – 03/07 | 06/06 – 04/07 | 07/06 – 05/07 | |
| 1ª SEMANA | Arroz carreteiro Salada Repolho | Feijão, arroz, peito frango em cubos (molho) Alface/tomate | Pão francês com carne moída Suco de uva integral Banana | Polenta Iscas bovina ao molho Salada de Repolho Maçã | Feijão, arroz Farofa (legumes/ovos) Laranja | Energia: 460,87 kcal Proteínas: 21g (19%) Lipídeos: 7g (14%) Carboidratos: 80g (67%) Sódio: 749,75 mg |
| | 10/06 | 11/06 | 12/06 | 13/06 | 14/06 | |
| 2ª SEMANA | Risoto Salada Repolho | Pão integral com nata Leite integral Banana | Feijão, arroz, carne moída Salada Alface Maçã | Macarrão spaguetti Peito frango ao molho Salada Repolho | Feijão, arroz, Isca bovina Tomate Laranja | Energia: 368,24kcal Proteínas: 17g (19%) Lipídeos: 8g (20%) Carboidratos: 56g (61%) Sódio: 510,82 mg |
| | 17/06 | 18/06 | 19/06 | 20/06 | 21/06 | |
| 3ª SEMANA | Polenta Isca bovina molho Salada alface/tomate | Feijão, arroz Farofa (legumes/ovos) Laranja | Pão caseiro c/ manteiga Leite integral Banana | Feijão, arroz, Ovo cozido Repolho/cenoura | Arroz, mandioca, isca bovina acebolada Alface/tomate maçã | Energia: 464,38kcal Proteínas: 18g (17%) Lipídeos: 9g (18%) Carboidratos: 79g (65%) Sódio: 806,35 mg |
| | 24/06 | 25/06 | 26/06 – 24/07 | 27/06 – 25/07 | 28/06 – 26/07 | |
| 4ª SEMANA | Feijão, arroz, Isca bovina Repolho/cenoura | Arroz carreteiro Salada Repolho Maçã | Cuca Leite integral Banana | Macarrão spaguetti Carne moída Repolho | Feijão, arroz, Carne moída Alface/tomate Laranja | Energia: 445,72kcal Proteínas: 19g (18%) Lipídeos: 7g (15%) Carboidratos: 76g (67%) Sódio: 666,19 mg |
| | 29/07 | 30/07 | 31/07 | 01/08 | 02/08 | |
| 5ª SEMANA | Polenta Sobrecoxa/coxa frango ao molho Alface | Feijão, arroz, Isca bovina Salada tomate Laranja | Bolacha caseira Leite integral Banana | Arroz carreteiro Salada repolho Maçã | Feijão, arroz, Peito de frango ao molho Cenoura/beterraba | Energia: 370kcal Proteínas: 18g (19%) Lipídeos: 6g (17%) Carboidratos: 61g (64%) Sódio: 547 mg |

Cardápio sujeito a alterações.

Ana Paula Alegretti

Nutricionista Responsável Técnica - CRN8/4723