



MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL



1ª SEMANA	Segunda-feira 06/02/2023	Terça-feira 07/02/2023	Quarta-feira 08/02/2023	Quinta-feira 09/02/2023	Sexta-feira 10/02/2023
Café da Manhã 07:30h	⇒ Café com leite ⇒ Torta salgada	⇒ Achocolatado ⇒ Bolo de Laranja	⇒ Chá de erva-doce ⇒ Pão caseirinho com queijo	⇒ Cuca ⇒ Café com leite	⇒ Chá de cidreira ⇒ Pão de queijo
Lanche 09:15h	⇒ Maçã e suco de fruta	⇒ Melancia	⇒ Pera e biscoito integral	⇒ Banana	⇒ Sanduiche Natural ⇒ Maçã
Almoço 11:45h Não haverá integral					
Lanche da tarde 14:45 h	⇒ Bolacha caseira de fubá e Suco de fruta	⇒ Risoto com carne de frango e repolho	⇒ Sopa de feijão	⇒ Polenta com carne de frango e alface	⇒ Sanduiche natural ⇒ Maçã
KCAL	1005,23	905,45	1100,1	1003,2	1005,89
PTN (g)	30	40,2	32,2	29,5	40
LIP (g)	22,1	30,12	19,14	20,4	35
CHO (g)	160	162,5	170,2	172	

O Cardápio e os hortifrutis estão sujeitos às alterações.

Elaborado por: Graziani da Silva Dias – CRN8/ 8653

Apresentado em: ____/____/____, ao Conselho de Alimentação Escolar - CAE

Graziani da S. Dias
Nutricionista
CRN 8653





MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL



2ª SEMANA	Segunda-feira 13/02/2023	Terça-feira 14/02/2023	Quarta-feira 15/02/2023	Quinta-feira 16/02/2023	Sexta-feira 17/02/2023
Café da Manhã 07:30h	⇒ Café com leite ⇒ Sanduiche natural	⇒ Chá de cidreira ⇒ Bolo de cenoura	⇒ Achocolatado ⇒ Pão caseiro integral com nata	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com queijo colonial	⇒ Café com leite ⇒ Bolo de coco
Lanche 09:15h	⇒ Melão	⇒ Banana, maçã e laranja	⇒ Melancia	⇒ Mamão e biscoito salgado integral	⇒ Milho verde
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha com Costelinha suína ⇒ Alface ⇒ Laranja	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata salsa cozida ⇒ Fígado acebolado c/Tomate ⇒ Vagem e Acelga ⇒ Maçã Argentina	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada ⇒ Bife em tiras ⇒ Couve folha ⇒ Abacaxi	⇒ Arroz e feijão ⇒ Agnholine de gado ⇒ Filé de frango ao molho ⇒ Beterraba e tomate ⇒ Manga	⇒ Arroz e feijão ⇒ Purê de batata doce ⇒ Carne moída ⇒ Alface e Chuchu ⇒ Melancia
Lanche da tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Pão caseirinho c/ nata ⇒ Maçã fuji	⇒ Tortéi com carne moída e alface	⇒ Biscoito integral ⇒ Chá gelado ⇒ Mamão	⇒ Quirerinha com lombo suíno e Salada de acelga	⇒ Vitamina de maçã ⇒ Pão com manteiga
KCAL	1120	1135,2	1100,5	1148,56	1140,1
PTN (g)	32,1	40,1	38,15	40,8	42,1
LIP (g)	20,3	25,4	32,7	30,1	35,12
CHO (g)	161,3	170,8	165,2	158,48	180,23

O Cardápio e os hortifrutis estão sujeitos às alterações.

Elaborado por: Graziani da Silva Dias – CRN8/ 8653

Apresentado em: ____/____/____, ao Conselho de Alimentação Escolar - CAE


Graziani da S. Dias
Nutricionista
CRN 8653





MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL



3º SEMANA	Segunda-feira 20/02/2023	Terça-feira 21/02/2023	Quarta-feira 22/02/2023	Quinta-feira 23/02/2023	Sexta-feira 24/02/2023
Café da Manhã 07:30h	Recesso Escolar	⇒ Carnaval	⇒ Recesso Escolar	⇒ Café com leite ⇒ Sanduiche natural	⇒ Chá de cidreira ⇒ Pastel assado
Lanche 09:15h	Recesso Escolar	⇒ Carnaval	⇒ Recesso Escolar	⇒ Banana	⇒ Mamão e biscoito salgado integral
Almoço 11:45h	Recesso Escolar	⇒ Carnaval	⇒ Recesso Escolar	⇒ Arroz e feijão ⇒ Legumes refogados ⇒ Peixe assado com cebola e tomate ⇒ Alface ⇒ Mamão	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Batatinha cozida em molho ⇒ Costelinha suína ⇒ Repolho e tomate ⇒ Melão
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	Recesso Escolar	Carnaval	⇒ Recesso Escolar	⇒ Bolo de fubá ⇒ Banana	⇒ Risoto de moela e Alface
KCAL				1120	1100,1
PTN (g)				30,15	40,1
LIP (g)				25,32	28,12
CHO (g)				160,2	159,14

O Cardápio e os hortifrutis estão sujeitos às alterações.

Elaborado por: Graziani da Silva Dias – CRN8/ 8653

Apresentado em: ____/____/____, ao Conselho de Alimentação Escolar - CAE


Graziani da S. Dias
Nutricionista
CRN 8653





MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL



4ª SEMANA	Segunda-feira 27/02/2023	Terça-feira 28/02/2023	Quarta-feira 01/03/2023	Quinta-feira 02/03/2023	Sexta-feira 03/03/2023
Café da Manhã 07:45h	⇒ Café com leite ⇒ Pão de queijo	⇒ Chá de cidreira ⇒ Kibe assado	⇒ Achatolado ⇒ Pão caseiro integral com margarina	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com queijo	⇒ Café com leite ⇒ Bolo de fubá
Lanche 09:15h	⇒ Maçã	⇒ Melancia	⇒ Pera e biscoito de maisena	⇒ Banana	⇒ Abacaxi
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Nhoque de batata ⇒ Carne de moída ⇒ Acelga ⇒ Melão	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Tortéi ⇒ Filé de frango ⇒ Beterraba e Alface ⇒ Melancia	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Macarronada ⇒ Coxa de frango assada ⇒ Repolho ⇒ Banana	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Batata rústica ⇒ Strogonoff de frango ⇒ Alface e Brócolis ⇒ Maçã fuji	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Couve folha e vagem ⇒ Pera
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Biscoito integral ⇒ Achatolado gelado ⇒ Melão	⇒ Polenta com carne moída e tomate	⇒ Pão de queijo ⇒ Suco natural de abacaxi	⇒ Arroz, feijão, farofa, bife de gado e repolho	⇒ Iogurte e Banana
KCAL	1023,2	1030,7	1120,5	1126,48	1140
PTN (g)	35,25	29,1	28,4	30,4	35
LIP (g)	23,12	30,1	26,1	35,4	20,1
CHO (g)	172,54	160,4	168,1	180	160,12

O cardápio e os hortifrutis estão sujeitos às alterações.

Elaborado por: Graziani da Silva Dias – CRN8/ 8653

Apresentado em: ____/____/____, ao Conselho de Alimentação Escolar - CAE


Graziani da S. Dias
Nutricionista
CRN 8653

