



MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL



1ª SEMANA	Segunda-feira 31/07/2023	Terça-feira 01/08/2023	Quarta-feira 02/08/2023	Quinta-feira 03/08/2023	Sexta-feira 04/08/2023
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de Camomila ⇒ Sanduiche Natural	⇒ Leite com cacau ⇒ Pão francês integral com queijo colonial	⇒ Café com Leite ⇒ Cuca	⇒ Leite com Cacau ⇒ Pão francês integral com nata	⇒ Café com Leite ⇒ Bolacha de fubá
Lanche 09:15h	⇒ Melão	⇒ Maçã	⇒ Iogurte e Biscoito de chocolate	⇒ Pocan	⇒ Banana
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Nhoque de batata ⇒ Carne moída ao molho ⇒ Alface ⇒ Maçã	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Tortéi ⇒ Frango ao molho ⇒ Repolho ⇒ Pocan	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Macarronada ⇒ Carne moída ⇒ Couve folha e tomate	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Ensopado de peixe ⇒ Alface ⇒ Banana	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Mandioca cozida ⇒ Coxa ao molho ⇒ Acelga ⇒ Maçã
Lanche da tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Pão caseirinho com doce de fruta	⇒ Sopa de agnholine de frago	⇒ Sopa de feijão ⇒ Laranja	⇒ Risoto de carne moída ⇒ Repolho roxo	⇒ Esfiha e chá ⇒ Melão
KCAL	1110,1	1020	1120,4	1084,2	1155,2
PTN (g)	25	38,4	26,4	30,5	29,1
LIP (g)	20,1	20,1	23,1	26,1	21,0
CHO (g)	159,1	160	170,2	181,2	180,7

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 07/08/2023	Terça-feira 08/08/2023	Quarta-feira 09/08/2023	Quinta-feira 10/08/2023	Sexta-feira 11/08/2023
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá ⇒ Pão de queijo	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseiro integral com nata	⇒ Cacau com Leite ⇒ Pastel assado	⇒ Café com Leite ⇒ Pão caseirinho com Mussarela	⇒ Cacau com Leite ⇒ Bolo de milho
Lanche 09:15h	⇒ Maçã	⇒ Banana	⇒ Milho verde	⇒ Melão	⇒ Laranja
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Costelinha suína ⇒ Alface ⇒ Caqui	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Frango ao molho ⇒ Repolho roxo ⇒ Maçã	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata em palito assada ⇒ Strogonof de gado ⇒ Tomate e alface	⇒ Arroz e feijão ⇒ Lasanha à bolonhesa ⇒ Carne moída ⇒ Alface ⇒ Melão	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Farofa com legumes ⇒ Bife acebolado ⇒ Couve flor ⇒ Laranja
Lanche da tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Sanduiche natural ⇒ Suco de fruta	⇒ Nhoque e carne moída ⇒ Repolho verde	⇒ Sopa de Legumes ⇒ Banana	⇒ Carreteiro ⇒ Repolho verde	⇒ Bolo de coco ⇒ Abacaxi
KCAL	1142,3	1155,1	1150,5	1125,3	1148,2
PTN (g)	29,50	30,8	30,12	32,1	32,1
LIP (g)	22,1	25,4	35,8	19,6	25,1
CHO (g)	160,5	165,6	160,2	165,2	188,2

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



3ª SEMANA	Segunda-feira 14/08/2023	Terça-feira 15/08/2023	Quarta-feira 16/08/2023	Quinta-feira 17/08/2023	Sexta-feira 18/08/2023
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de cidreira ⇒ Kibe assado	⇒ Café com leite ⇒ Pastel assado	⇒ Leite com Cacau ⇒ Pão caseiro integral com queijo	⇒ Café com Leite ⇒ Pão francês integral com nata	⇒ Leite com cacau ⇒ Biscoito de leite
Lanche 09:15h	⇒ Maçã	⇒ Banana	⇒ Pão de queijo ⇒ Chá	⇒ Pocan	⇒ Maçã
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata doce caramelizada ⇒ Bife acebolado ⇒ Repolho ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Coxa de frango ao molho ⇒ Beterraba e Acelga ⇒ Abacaxi	⇒ Arroz e feijão ⇒ Farofa de ovo ⇒ Carne de panela ⇒ Alface e couve flor	⇒ Arroz e feijão ⇒ Milho verde ⇒ Carne moída ⇒ Alface ⇒ Melancia	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata assada ⇒ Carne de gado em cubos ⇒ Repolho ⇒ Melão
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Bolacha de açúcar mascavo e ⇒ Leite com cacau	⇒ Vaca atolada ⇒ Couve folha	⇒ Sopa de agnoline de gado ⇒ Maçã	⇒ Pão com carne moída	⇒ Banana e suco natural de frutas
KCAL	1136,8	1145,1	1135,1	1154	1150,2
PTN (g)	29,5	30,2	29	30,2	32,4
LIP (g)	22,1	22,4	22	22,1	20,1
CHO (g)	165,2	160,4	160	162,4	165

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 21/08/2023	Terça-feira 22/08/2023	Quarta-feira 23/08/2023	Quinta-feira 24/08/2023	Sexta-feira 25/08/2023
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de camomila ⇒ Sanduiche natural	⇒ Café com Leite ⇒ Esfiha	⇒ Leite com Cacau ⇒ Pastel assado	⇒ Café com leite ⇒ Bolacha de açúcar mascavo	⇒ Leite com cacau ⇒ Pão caseirinho com queijo
Lanche 09:15h	⇒ Maçã	⇒ Banana	⇒ Cuca ⇒ Café com leite	⇒ Laranja	⇒ Melão
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Batata temperada ⇒ Strogonoff de gado ⇒ Couve folha ⇒ Maçã	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Mandioca cozida ⇒ Coxa ao molho ⇒ Brócolis, alface ⇒ Melancia	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Nhoque com molho ⇒ Carne moída ⇒ Alface e tomate	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Panqueca com ⇒ Carne moída ⇒ Repolho ⇒ Melão	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Macarronada ⇒ Frango ao molho ⇒ Alface ⇒ Banana
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Bolacha de fubá ⇒ Café com leite	⇒ Risoto de frango ⇒ Alface	⇒ Canjica ⇒ Banana	⇒ Polenta com carne moída ⇒ Repolho	⇒ Pão de queijo ⇒ Melancia
KCAL	1150,2	1124,1	1145,2	1110,2	1130,5
PTN (g)	31,2	28,4	29,1	35,1	36,4
LIP (g)	24,1	25,4	23,5	26,1	25,2
CHO (g)	169,3	171,5	158	157	162,1

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



5ª SEMANA	Segunda-feira 28/08/2023	Terça-feira 29/08/2023	Quarta-feira 30/08/2023	Quinta-feira 31/08/2023	Sexta-feira 01/09/2023
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de Cidreira ⇒ Pão de queijo	⇒ Café com Leite ⇒ Pão caseirinho com queijo colonial	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseiro integral com nata	⇒ Café com Leite ⇒ Torta salgada	⇒ Leite com Cacau ⇒ Pão caseirinho
Lanche 09:15h	⇒ Banana	⇒ Laranja	⇒ Biscoito salgado com chá	⇒ Melancia	⇒ Melão
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Purê de batata ⇒ Carne de gado ao molho ⇒ Alface ⇒ Melancia	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Costelinha suína ⇒ Repolho ⇒ Maçã	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Tortéi ⇒ Filé de frango ⇒ Beterraba e Alface	⇒ Arroz e feijão ⇒ Ovos mexidos ⇒ Frango grelhado ⇒ Acelga ⇒ Pocan	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada ⇒ Carne moída ⇒ Alface ⇒ Caqui
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Iogurte e Cuca	⇒ Nhoque de batata c/ carne moída e alface	⇒ Risoto de frango e ⇒ Repolho c/ tomate	⇒ Polenta c/ frango em molho e ⇒ Acelga	⇒ Salada de frutas (banana, maçã, laranja e mamão)
KCAL	1135,5	1150,4	1155,2	1145,4	1150,7
PTN (g)	30,2	32,5	30,5	32,4	31,6
LIP (g)	22,5	25,8	30,4	22,7	25,4
CHO (g)	160,2	165,4	160,4	160,3	163,4

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