



**MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU**  
**ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"**

**CARDÁPIO SEMANAL**



1ª SEMANA	Segunda-feira 04/09/2023	Terça-feira 05/09/2023	Quarta-feira 06/09/2023	Quinta-feira 07/09/2023	Sexta-feira 08/09/2023					
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá ⇒ Bolo de cenoura	⇒ Café com leite ⇒ Sanduiche natural	⇒ Cacau com leite ⇒ Pão de queijo	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>					
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Melancia	⇒ Melão	⇒ Iogurte e biscoito	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>					
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata temperada ⇒ Carne moída ⇒ Tomate e brócolis ⇒ Pocan	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Filé de frango ao molho ⇒ Couve flor e Repolho verde	⇒ <b>Não haverá integral</b>	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>					
<b>Lanche da tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Bolacha de fubá ⇒ Suco de fruta	⇒ Sopa de feijão	⇒ Iogurte e biscoito	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>					
<b>TURNO</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>
<b>KCAL</b>	<b>1120</b>	<b>320</b>	<b>1080</b>	<b>315</b>	<b>490</b>					
<b>PTN (g)</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	<b>32</b>	<b>12</b>	<b>15</b>					
<b>LIP (g)</b>	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>22</b>	<b>5</b>	<b>10</b>					
<b>CHO (g)</b>	<b>165</b>	<b>48</b>	<b>159</b>	<b>47</b>	<b>70</b>					

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**



<b>2ª SEMANA</b>	<b>Segunda-feira 11/09/2023</b>	<b>Terça-feira 12/09/2023</b>	<b>Quarta-feira 13/09/2023</b>	<b>Quinta-feira 14/09/2023</b>	<b>Sexta-feira 15/09/2023</b>					
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá de cidreira ⇒ Bolo de Laranja	⇒ Café com leite ⇒ Pão francês integral ⇒ Manteiga	⇒ Cacau com leite ⇒ Pão caseirinho ⇒ nata	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com geleia de fruta	⇒ Café com leite ⇒ Torta salgada					
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Banana	⇒ Melancia	⇒ Pão de queijo ⇒ Chá	⇒ Maçã	⇒ Melão					
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e feijão ⇒ Farofa de legumes ⇒ Costelinha suína assada ⇒ Alface ⇒ Melancia	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata rústica ⇒ Peixe ao molho ⇒ Couve flor ⇒ Maçã	⇒ Arroz e feijão ⇒ Ovos mexidos ⇒ Carne ao cubo em molho ⇒ Brócolis e cenoura ralada	⇒ Arroz e feijão ⇒ Legumes refogado com ⇒ Coxa desossada ao molho ⇒ Alface ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarrão ⇒ Carne moída ⇒ Repolho Abacaxi					
<b>Lanche da tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Sanduiche natural	⇒ Carreteiro ⇒ Repolho verde	⇒ Canja (arroz, legumes e frango)	⇒ Polenta com carne moída ⇒ Repolho	⇒ Canjica ⇒ Banana					
<b>TURNO</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>
<b>KCAL</b>	<b>1145,1</b>	<b>300</b>	<b>1120</b>	<b>330</b>	<b>1123,2</b>	<b>321</b>	<b>1125</b>	<b>312</b>	<b>1126,4</b>	<b>315</b>
<b>PTN (g)</b>	<b>32</b>	<b>11</b>	<b>28</b>	<b>8</b>	<b>32,2</b>	<b>11</b>	<b>26,8</b>	<b>10</b>	<b>35,1</b>	<b>9</b>
<b>LIP (g)</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>22,4</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>8</b>	<b>24,2</b>	<b>7</b>
<b>CHO (g)</b>	<b>178</b>	<b>50</b>	<b>180</b>	<b>52</b>	<b>160</b>	<b>52,1</b>	<b>178</b>	<b>48,5</b>	<b>158,4</b>	<b>50,5</b>

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**



<b>3ª SEMANA</b>	<b>Segunda-feira 18/09/2023</b>	<b>Terça-feira 19/09/2023</b>	<b>Quarta-feira 20/09/2023</b>	<b>Quinta-feira 21/09/2023</b>	<b>Sexta-feira 22/09/2023</b>					
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá de erva doce ⇒ Torta salgada	⇒ Café com Leite ⇒ Cuca	⇒ Leite com cacau ⇒ Pão caseiro integral com nata	⇒ Café com leite ⇒ Bolacha de fubá	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com manteiga					
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Banana	⇒ Iogurte e Biscoito de chocolate	⇒ Sanduiche natural	⇒ Banana	⇒ Melão					
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batatinha cozida ⇒ Coxa assada ⇒ Repolho ⇒ Melão	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Macarronada ⇒ Carne moída ⇒ Couve folha e tomate ⇒ Maçã	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Alface	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Costelinha suína ⇒ Repolho ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Farofa ⇒ Frango em tiras ⇒ Acelga ⇒ Melancia					
<b>Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Bolo de coco ⇒ Melancia	⇒ Sopa de agnholine de frango	⇒ Sopa de feijão ⇒ Laranja	⇒ Risoto de carne moída ⇒ Alface	⇒ Bolacha de açúcar mascavo e suco de fruta					
<b>TURNO</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>
<b>KCAL</b>	1131,4	312,1	1145	308,1	1123	305,4	1154	320	1130	315
<b>PTN (g)</b>	29,1	9,8	31,5	8	32,2	9,4	29,4	8	30,4	9
<b>LIP (g)</b>	22,7	5,4	21,2	6	23,8	7,4	20,5	5	24,2	6,4
<b>CHO (g)</b>	160,4	52,6	173	54,1	158	48,4	170,4	45	158,4	51,4

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**



**MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU**  
**ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"**

**CARDÁPIO SEMANAL**



4ª SEMANA	Segunda-feira 25/09/2023	Terça-feira 26/09/2023	Quarta-feira 27/09/2023	Quinta-feira 28/09/2023	Sexta-feira 29/09/2023					
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá de camomila ⇒ Pão de queijo	⇒ Café com Leite ⇒ Esfiha	⇒ Cacau com Leite ⇒ Pastel assado	⇒ Café com Leite ⇒ Pão caseirinho com Mussarela	⇒ Chá de camomila ⇒ Pão					
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Maçã	⇒ Banana	⇒ Milho verde	⇒ Laranja	⇒ Banana					
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ 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 ⇒ Batata em palito assada ⇒ Strogonof de gado ⇒ Tomate e alface	⇒ Arroz e feijão ⇒ Lasanha à bolonhesa ⇒ Carne moída ⇒ Alface ⇒ Melão	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Omelete ⇒ Carne grelhada em cubo ⇒ Alface ⇒ Manga					
<b>Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Pão francês integral com manteiga e chá	⇒ Risoto de frango ⇒ Alface	⇒ Sopa de Legumes ⇒ Banana	⇒ Carreteiro ⇒ Repolho verde	⇒ Bolo de milho ⇒ Melão					
<b>TURNO</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>	<b>INTEGRAL</b>	<b>REGULAR</b>
<b>KCAL</b>	1025,4	315,1	1137,1	308,1	1125	320,4	1149,1	325	1125,4	320
<b>PTN (g)</b>	28,1	8,8	31,5	8	30,2	7,4	29,5	8	30,2	7
<b>LIP (g)</b>	20,7	6,4	21,2	6	22,8	6,4	25,5	6	23,4	6
<b>CHO (g)</b>	158,4	51,6	173	54,1	154	45,6	165,7	48	160	50,2

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

