



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

**CARDÁPIO SEMANAL**



<b>1ª SEMANA</b>	<b>Segunda-feira 02/10/2023</b>	<b>Terça-feira 03/10/2023</b>	<b>Quarta-feira 04/10/2023</b>	<b>Quinta-feira 05/10/2023</b>	<b>Sexta-feira 06/10/2023</b>					
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá de camomila ⇒ Pão de queijo	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho ⇒ Geléia de fruta	⇒ Cacau com Leite ⇒ Cuca caseira	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseiro integral com nata	⇒ Cacau com leite ⇒ Bolo de milho					
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Melancia	⇒ Melão	⇒ Laranja	⇒ Maçã	⇒ Melão					
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Alface ⇒ Maçã	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Batata salsa cozida ⇒ Filé de peixe ensopado ⇒ Acelga ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Nhoque de batata ⇒ Frango ao molho ⇒ Repolho e beterraba	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Farofa com legumes ⇒ Bife ⇒ Couve folha ⇒ Melancia	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Batatinha temperada ⇒ Carne de gado grelhada ⇒ Alface ⇒ Mamão					
<b>Lanche da tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Pastel assado ⇒ Suco de fruta	⇒ Carreteiro ⇒ Repolho verde	⇒ Pão caseirinho com carne moída ⇒ Suco de fruta	⇒ Sopa de Feijão	⇒ Banana ⇒ Biscoito salgado					
<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>1126</b>	<b>325</b>	<b>1140</b>	<b>330</b>	<b>1125</b>	<b>325</b>	<b>1130</b>	<b>320</b>	<b>1129</b>	<b>300</b>
<b>PTN (g)</b>	<b>25</b>	<b>6</b>	<b>31</b>	<b>10</b>	<b>32</b>	<b>10</b>	<b>31,5</b>	<b>9</b>	<b>30</b>	<b>8</b>
<b>LIP (g)</b>	<b>26</b>	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>8</b>	<b>21</b>	<b>7</b>	<b>23</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>5</b>
<b>CHO (g)</b>	<b>168</b>	<b>50</b>	<b>180</b>	<b>50</b>	<b>170</b>	<b>48</b>	<b>172</b>	<b>45</b>	<b>152</b>	<b>43</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>Semana da</b> <b>Criança</b>	<b>Segunda-feira</b> <b>09/10/2023</b>	<b>Terça-feira</b> <b>10/10/2023</b>	<b>Quarta-feira</b> <b>11/10/2023</b>	<b>Quinta-feira</b> <b>12/10/2023</b>	<b>Sexta-feira</b> <b>13/10/2023</b>	
<b>Café da Manhã</b> <b>07:30h</b>	⇒ Chá de erva doce ⇒ Bolacha de açúcar mascavo	⇒ Café com leite ⇒ Bolo simples	⇒ Cacau com leite ⇒ Bolacha de fubá	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>	
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Cuca e chá	⇒ Esfiha ⇒ Melancia	⇒ Sanduiche natural ⇒ Batatas assadas ⇒ Iogurte	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>	
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e feijão ⇒ Tortéi ⇒ Filé de frango assado ⇒ Repolho ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada alho e óleo ⇒ Carne moída ⇒ Alface e Beterraba ⇒ Melão	⇒ Não haverá integral	⇒ <b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>	
<b>Lanche da tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Picolé de fruta ⇒ Creme de chocolate com morango	⇒ Mini pizza ⇒ Suco de fruta	⇒ Sanduiche natural ⇒ Batatas assadas ⇒ Iogurte	⇒ <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>KCAL</b>	<b>1145,1</b>	<b>300</b>	<b>1120</b>	<b>330</b>	<b>1123,2</b>	<b>321</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>LIP (g)</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>22,4</b>	<b>6</b>
<b>CHO (g)</b>	<b>178</b>	<b>50</b>	<b>180</b>	<b>52</b>	<b>160</b>	<b>52,1</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





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

**CARDÁPIO SEMANAL**



3ª SEMANA	Segunda-feira 16/10/2023	Terça-feira 17/10/2023	Quarta-feira 18/10/2023	Quinta-feira 19/10/2023	Sexta-feira 20/10/2023					
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá de cidreira ⇒ Torta salgada	⇒ Cacau com leite ⇒ Pão francês integral ⇒ Nata	⇒ Café com leite ⇒ Pastel assado	⇒ Café de com leite ⇒ Esfiha	⇒ Cacau com leite ⇒ Pão caseirinho e ⇒ Geléia de fruta					
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Maçã	⇒ Banana	⇒ Laranja	⇒ Cuca	⇒ Melão					
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Frango ao molho ⇒ Repolho ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Costelinha suína ⇒ Alface ⇒ Mamão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata doce caramelizada ⇒ Costelinha suína assada ⇒ Repolho e tomate	⇒ Arroz e feijão ⇒ Purê de batata ⇒ Strogonoff de gado ⇒ Repolho ⇒ Banana	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Panqueca ⇒ Carne moída ⇒ Couve folha refogada ⇒ Abacaxi					
<b>Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Sanduiche natural ⇒ Suco de fruta	⇒ Nhoque e carne moída ⇒ Repolho verde	⇒ Macarronada com ⇒ Frango ⇒ Alface	⇒ Carreteiro ⇒ Repolho verde	⇒ Bolo de coco ⇒ Abacaxi					
<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 23/10/2023	Terça-feira 24/10/2023	Quarta-feira 25/10/2023	Quinta-feira 26/10/2023	Sexta-feira 27/10/2023					
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá de erva doce ⇒ Bolo de coco	⇒ Cacau com leite ⇒ Pão caseirinho ⇒ Nata	⇒ Café com leite ⇒ Bolacha de fubá	⇒ Cacau com leite ⇒ Bolacha de açúcar mascavo	⇒ Café com leite ⇒ Sanduiche natural					
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Caqui	⇒ Melancia	⇒ Banana	⇒ Pastel assado	⇒ Maçã					
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Farofa com ovos ⇒ Costelinha suína ⇒ Repolho ⇒ Maçã	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata rústica ⇒ Carne de panela ⇒ Acelga ⇒ Laranja	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada ao sugo ⇒ Filé de frango ao molho ⇒ Vagem e Repolho verde	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Ensopado de peixe ⇒ Alface e Beterraba ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Nhoque de batata ⇒ Carne moída ⇒ Alface ⇒ Manga					
<b>Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Pão caseirinho com geléia de fruta	⇒ Polenta com carne moída ⇒ Alface	⇒ Sopa de Feijão	⇒ Risoto de frango ⇒ Repolho	⇒ Esfiha 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>	1025,4	315,1	1137,1	308,1	1125	320,4	1149,1	325	1125,8	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



  
**Graziani da S. Dias**  
Nutricionista  
CRN 8653



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

**CARDÁPIO SEMANAL**



5ª SEMANA	Segunda-feira 30/10/2023	Terça-feira 31/10/2023	Quarta-feira 01/11/2023	Quinta-feira 02/11/2023	Sexta-feira 03/11/2023			
<b>Café da Manhã 07:30h</b>	⇒ Chá de camomila ⇒ Bolo de fubá	⇒ Cacau com leite ⇒ Pão francês integral com nata	⇒ Café com leite ⇒ Pão de queijo	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>			
<b>Lanche 09:15h</b>	⇒ Melão	⇒ Melancia	⇒ Banana	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>			
<b>Almoço 11:45h</b>	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batatinha cozida ⇒ Carne moída (sem molho) ⇒ Chuchu e repolho ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada ao sugo ⇒ Almondegas ⇒ Repolho ⇒ Mamão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Lombo suíno em fatias ⇒ Brócolis e Alface	⇒ <b>FERIADO</b>	⇒ <b>RECESSO ESCOLAR</b>			
<b>Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h</b>	⇒ Pão francês integral ⇒ Nata	⇒ Risoto de frango ⇒ Alface	⇒ Sopa de legumes e carne de frango	⇒ <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>KCAL</b>	1123,5	320	1115,1	308,1	1026	323,1		
<b>PTN (g)</b>	30,7	9,3	32,4	8	32,1	10,2		
<b>LIP (g)</b>	24,1	7,9	23,4	6	25,1	6,2		
<b>CHO (g)</b>	163,1	50,7	178	54,1	160	44,1		

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

