



MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"



CARDÁPIO SEMANAL
MÊS DE SETEMBRO

1ª SEMANA	Segunda-feira 02/09/2024	Terça-feira 03/09/2024	Quarta-feira 04/09/2024	Quinta-feira 05/09/2024	Sexta-feira 06/09/2024
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de camomila ⇒ Bolo de fubá	⇒ Café com leite ⇒ Caseirinho com margarina	⇒ Achocolatado ⇒ Caseirinho com nata	⇒ Café com leite ⇒ Cuca recheada	⇒ Achocolatado ⇒ Pão de queijo
Lanche 09:15h	⇒ Banana	⇒ Maçã	⇒ Bolo de Laranja	⇒ Melancia	⇒ Biscoito e melão
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batatinha ao molho ⇒ Carne de panela ⇒ Repolho ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Carne moída ⇒ Tomate e alface ⇒ Melancia	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada alho e óleo ⇒ Frango ao molho ⇒ Alface e Beterraba ⇒ Abacaxi	⇒ Arroz e feijão ⇒ Nhoque de batata ⇒ Carne moída ⇒ Acelga ⇒ Laranja	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Lombo suíno ⇒ Couve folha e brócolis ⇒ Maçã
Lanche da tarde 14:45 h	⇒ Sanduiche natural ⇒ Maçã	⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Alface	⇒ Risoto de frango ⇒ Tomate	⇒ Bolo de milho ⇒ Suco de fruta	⇒ Canjica ⇒ Banana
KCAL	1120	1135,2	1100,5	1128,2	1130
PTN (g)	32,1	40,1	38,15	35,3	32
LIP (g)	20,3	25,4	32,7	34,1	25
CHO (g)	161,3	170,8	165,2	170	162,7

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





MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"



CARDÁPIO SEMANAL
MÊS DE SETEMBRO

2ª SEMANA	Segunda-feira 09/09/2024	Terça-feira 10/09/2024	Quarta-feira 11/09/2024	Quinta-feira 12/09/2024	Sexta-feira 13/09/2024
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de camomila ⇒ Sanduiche	⇒ Café com leite ⇒ Bolo de fubá	⇒ Achocolatado ⇒ Broa de milho e margarina	⇒ Café com leite ⇒ Pastel assado	⇒ Achocolatado ⇒ Pão caseirinho com nata
Lanche 09:15h	⇒ Melão	⇒ Banana	⇒ Pão de queijo	⇒ Laranja	⇒ Melancia
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Salada de repolho ⇒ Melancia	⇒ Arroz e feijão ⇒ Tortéi ⇒ Carne moída ⇒ Salada de chuchu e alface ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata rustica ⇒ Coxa assada ⇒ Salada de Alface ⇒ Morango	⇒ Arroz e feijão ⇒ Farofa de legumes ⇒ Carne de panela ⇒ Salada de acelga ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada ⇒ Carne moída ⇒ Salada de tomate e repolho ⇒ Abacaxi
Lanche da tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Sanduiche natural ⇒ Melancia	⇒ Nhoque de batata ⇒ Carne de frango ⇒ Salada de tomate	⇒ Polenta e Ensopado de peixe ⇒ Salada de repolho verde	⇒ Sopa de legumes com carne de gado	⇒ Iogurte ⇒ Banana
KCAL	1120	1152	1138,4	1148,56	1140,1
PTN (g)	30,15	32,5	35,2	40,8	42,1
LIP (g)	25,32	23,4	26,3	30,1	35,12
CHO (g)	160,2	180,4	179,9	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
MÊS DE SETEMBRO



3ª SEMANA	Segunda-feira 16/09/2024	Terça-feira 17/09/2024	Quarta-feira 18/09/2024	Quinta-feira 19/09/2024	Sexta-feira 20/09/2024
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de erva doce ⇒ Pão de queijo	⇒ Café com leite ⇒ Pão integral caseiro com manteiga	⇒ Achocolatado ⇒ Pão caseirinho com nata	⇒ Café com leite ⇒ Pão francês integral com manteiga	⇒ Achocolatado ⇒ Esfiha
Lanche 09:15h	⇒ Banana	⇒ Melão	⇒ Bolo de milho e chá	⇒ Melancia	⇒ Melão
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Mandioca cozida ⇒ Carne moída ⇒ Salada: alface e repolho ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Frango ao molho ⇒ Salada: Beterraba e Acelga ⇒ Abacaxi	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Agnholine de frango ⇒ Carne moída ⇒ Couve folha refogada ⇒ Laranja	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Farofa de ovo ⇒ Bife acebolado ⇒ Alface e beterraba ⇒ Caqui	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Macarronada ao sugo ⇒ Carne de panela ⇒ Alface ⇒ Banana
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Bolo de milho ⇒ Banana	⇒ Risoto com carne moída ⇒ Salada de brócolis	⇒ Quirerinha com lombo suíno ⇒ Salada de couve folha	⇒ Vaca atolada ⇒ Salada de Alface	⇒ Bolacha de fubá ⇒ Suco de frutas
KCAL	1105	1108	1120,4	1130	1100,1
PTN (g)	25	30,5	26,4	30,15	40,1
LIP (g)	22,5	24,1	23,1	25,32	28,12
CHO (g)	168,7	170	170,2	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

⇒ Manha - 125
⇒ Tarde - 98
1 e 2 ano sem aula





MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"



CARDÁPIO SEMANAL
MÊS DE SETEMBRO

4ª SEMANA	Segunda-feira 23/09/2024	Terça-feira 24/09/2024	Quarta-feira 25/09/2024	Quinta-feira 26/09/2024	Sexta-feira 27/09/2024
Café da Manhã 07:45h	⇒ Chá de cidreira ⇒ Bolo de Laranja	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com nata	⇒ Leite com cacau ⇒ Torta salgada	⇒ Café com leite ⇒ Pão francês integral com margarina	⇒ Café com leite ⇒ Bolacha de fubá
Lanche 09:15h	⇒ Pêssego	⇒ Banana	⇒ Pera e iogurte	⇒ Melancia	⇒ Melão
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Batata doce cozida ⇒ Costelinha suína ⇒ Couve flor e tomate ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Purê de batata ⇒ Strogonoff de gado ⇒ Repolho ⇒ Abacaxi	⇒ Arroz e feijão ⇒ Lasanha a bolonhesa ⇒ Carne moída ⇒ Alface e Pepino ⇒ Morango	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata rustica ⇒ Coxa ao molho ⇒ Beterraba e acelga ⇒ Laranja	⇒ Arroz e feijão ⇒ Ovo mexido ⇒ Filé de frango ao molho ⇒ Repolho roxo ⇒ Banana
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Torta salgada ⇒ Suco de fruta	⇒ Risoto de carne moída ⇒ Salada de Acelga	⇒ Sopa de feijão	⇒ Polenta com carne moída ⇒ Salada de alface	⇒ Creme de chocolate ⇒ Mamão
KCAL	1023,2	1030,7	1120,5	1102,1	1103
PTN (g)	35,25	29,1	28,4	26,3	26,2
LIP (g)	23,12	30,1	26,1	25,1	27,3
CHO (g)	172,54	160,4	168,1	158,7	170

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
CRM 8653