



MUNICÍPIO DE SAUDADE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL “PADRE FELIPE”
CARDÁPIO DIABÉTICO SEMANAL
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	Composição Nutricional
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de camomila ⇒ 1 fatia de Bolo de fubá	⇒ Café com leite ⇒ Caseirinho integral com margarina sem sal	⇒ Achiocolatado ⇒ Caseirinho integral com nata	⇒ Café com leite ⇒ ½ fatia de Cuca recheada	⇒ Achiocolatado ⇒ 1unid. De Pão de queijo	
Lanche 09:15h	⇒ Banana	⇒ Maçã	⇒ 1 fatia fina Bolo de Laranja	⇒ Melancia	⇒ 2unid Biscoito integral e melão	291kcal 95g CHO 11,2g Ptn 3,5g Lip
Lanche 14:45 h	⇒ Sanduiche natural ⇒ Maçã	⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Alface	⇒ Risoto de frango ⇒ Tomate	⇒ Bolo de milho ⇒ Suco de fruta	⇒ Canjica ⇒ Banana	
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 ⇒ 1 fatia de Bolo de fubá	⇒ Achiocolatado ⇒ Broa de milho e margarina	⇒ Café com leite ⇒ Pastel assado	⇒ Achiocolatado ⇒ Pão caseirinho integral com nata	
Lanche 09:15h	⇒ Melão	⇒ Banana	⇒ Pão de queijo	⇒ Laranja	⇒ Melancia	329,2kcal 72,1g CHO 8,2g Ptn 4,1g Lip
Lanche 14:45 h	⇒ 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	
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	⇒ Achiocolatado ⇒ Pão caseirinho com nata	⇒ Café com leite ⇒ Pão francês integral com manteiga	⇒ Achiocolatado ⇒ Esfiha	
Lanche 09:15h	⇒ Banana	⇒ Melão	⇒ Bolo de milho e chá	⇒ Melancia	⇒ Melão	330,5 kcal 70,2g CHO 7,9g Ptn 6,3g Lip
Lanche 14:45 h	⇒ 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	
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	380,1kcal 60,3g CHO 5,3g Ptn 4,2g Lip
Lanche 14:45 h	⇒ 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	

O Cardápio e os hortifrutis estão sujeitos às alterações.

Os chás, café e preparações doces serão adoçados com Adoçante Stévia e as frutas serão ofertadas de meia a uma unidade.

Elaborado por: Graziani da Silva Dias – CRN8/ 8653

