



MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL
MÊS DE OUTUBRO



1ª SEMANA	Segunda-feira 30/09/2024	Terça-feira 01/10/2024	Quarta-feira 02/10/2024	Quinta-feira 03/10/2024	Sexta-feira 04/10/2024
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de camomila ⇒ Bolo de fubá	⇒ Café com leite ⇒ Cuca recheada	⇒ Achocolatado ⇒ Caseirinho com nata	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com margarina	⇒ Achocolatado ⇒ Pão de queijo
Lanche 09:15h	⇒ Banana	⇒ Morango	⇒ Bolo de Laranja	⇒ Melancia	⇒ Melão
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batatinha ao molho ⇒ Carne de panela ⇒ Repolho ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Panqueca ⇒ Carne moída ⇒ Tomate e alface ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Macarronada alho e óleo ⇒ Frango ao molho ⇒ Alface e Beterraba	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Acelga ⇒ Laranja	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Lombo suíno ⇒ Couve folha e brócolis ⇒ Abacaxi
Lanche da tarde 14:45 h	⇒ Bolacha de fubá caseira	⇒ Polenta ⇒ Frango ao molho ⇒ Alface	⇒ Risoto de frango ⇒ Tomate	⇒ Bolo de milho ⇒ Suco de fruta	⇒ Iogurte ⇒ 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 OUTUBRO



2ª SEMANA	Segunda-feira 07/10/2024	Terça-feira 08/10/2024	Quarta-feira 09/10/2024	Quinta-feira 10/10/2024	Sexta-feira 11/10/2024
Café da Manhã 07:30h	⇒ Chá de camomila ⇒ Pão de queijo	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho e margarina	⇒ Achocolatado ⇒ Bolo de fubá	⇒ Café com leite ⇒ Pastel assado	⇒ Achocolatado ⇒ Pão caseirinho com nata
Lanche 09:15h	⇒ Banana	⇒ Melão	⇒ Pão de queijo	⇒ Laranja	⇒ Mini pizza ⇒ Bebida láctea ⇒ Moreninha
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Carne moída ⇒ Salada de repolho ⇒ Melão	⇒ Arroz e feijão ⇒ Tortéi ⇒ Carne moída ⇒ Salada de chuchu e alface ⇒ Morango	⇒ Arroz e feijão ⇒ Mandioca cozida ⇒ Coxa ao molho ⇒ Salada de Alface ⇒ Laranja	⇒ Arroz e feijão ⇒ Farofa de legumes ⇒ Carne de panela ⇒ Salada de acelga ⇒ Abacaxi	NÃO HAVERÁ ALMOÇO
Lanche da tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Melão (Regular) ⇒ Sanduiche natural	⇒ Banana (Regular) ⇒ Bolo de cenoura	⇒ Polenta e Ensopado de peixe ⇒ Salada de repolho verde	⇒ Sopa de agnholine de gado	⇒ Mini pizza ⇒ Bebida Láctea ⇒ Sorvete
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

Nos dias 07 e 08/10 haverá lanches especiais nos brinquedos para os períodos regulares. Pipoca e Algodão doce!!!!





MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL
MÊS DE OUTUBRO



3ª SEMANA	Segunda-feira 14/10/2024	Terça-feira 15/10/2024	Quarta-feira 16/10/2024	Quinta-feira 17/10/2024	Sexta-feira 18/10/2024
Café da Manhã 07:30h	⇒ RECESSO ESCOLAR	⇒ Café com leite ⇒ Pão integral caseiro com manteiga	⇒ Achocolatado ⇒ Pão caseirinho com nata	⇒ Café com leite ⇒ Pão francês integral com margarina	⇒ Achocolatado ⇒ Cuca caseira
Lanche 09:15h	⇒ RECESSO ESCOLAR	⇒ Melão	⇒ Bolo de laranja e chá	⇒ Melancia	⇒ Melão
Almoço 11:45h	⇒ RECESSO ESCOLAR	⇒ Arroz e feijão ⇒ Polenta ⇒ Coxa ao molho ⇒ Salada: Beterraba e Acelga ⇒ Abacaxi	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Macarronada ao sugo ⇒ Carne de panela ⇒ Couve folha refogada ⇒ Laranja	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Carne moída ⇒ Alface e beterraba ⇒ Caqui	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Agnholine de frango ⇒ Frango ao molho ⇒ Alface ⇒ Banana
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ RECESSO ESCOLAR	⇒ Risoto com carne moída ⇒ Salada de acelga	⇒ Quirerinha com costelinha suína ⇒ Salada de Repolho	⇒ 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




Graziani da S. Dias
Nutricionista
CRN 8653



MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"



CARDÁPIO SEMANAL
MÊS DE OUTUBRO

4ª SEMANA	Segunda-feira 21/10/2024	Terça-feira 22/10/2024	Quarta-feira 23/10/2024	Quinta-feira 24/10/2024	Sexta-feira 25/10/2024
Café da Manhã 07:45h	⇒ Chá de cidreira ⇒ Bolo de Laranja	⇒ Café com leite ⇒ Pão caseirinho com Margarina	⇒ Leite com cacau ⇒ Torta salgada	⇒ Café com leite ⇒ Pão francês integral com nata	⇒ Café com leite ⇒ Bolacha de fubá
Lanche 09:15h	⇒ Pêssego	⇒ Biscoito e suco de frutas	⇒ Banana	⇒ 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 ⇒ Carne moída ⇒ Repolho verde ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Batata rustica ⇒ Coxa ao molho ⇒ Beterraba e acelga ⇒ Morango	⇒ Arroz e feijão ⇒ Nhoque de batata ⇒ Carne moída ⇒ Alface e Pepino ⇒ Laranja
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Bolacha de açúcar mascavo ⇒ Suco de fruta	⇒ Risoto de frango ⇒ Salada de Acelga	⇒ Sanduiche natural	⇒ Polenta com carne moída ⇒ Salada de alface	⇒ Creme de chocolate ⇒ Caqui
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
CRN 8653



MUNICÍPIO DE SAUDE DO IGUAÇU
ESCOLA MUNICIPAL "PADRE FELIPE"

CARDÁPIO SEMANAL
MÊS DE OUTUBRO



5ª SEMANA	Segunda-feira 28/10/2024	Terça-feira 29/10/2024	Quarta-feira 30/10/2024	Quinta-feira 31/10/2024	Sexta-feira 01/11/2024
Café da Manhã 07:45h	⇒ Chá de Camomila ⇒ Sanduiche Natural	⇒ Café com leite ⇒ Torta salgada	⇒ Leite com cacau ⇒ Pão frances integral com nata	⇒ Cacau com leite ⇒ Bolo de milho	⇒ Leite com Cacau ⇒ Pão caseirinho com geléia de fruta
Lanche 09:15h	⇒ Uva	⇒ Laranja	⇒ Bolo de coco e suco de frutas	⇒ Pêssego	⇒ Melão
Almoço 11:45h	⇒ Arroz e feijão ⇒ Tortéi ⇒ Carne moída ⇒ Salada: alface e repolho ⇒ Abacaxi	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Panqueca ⇒ Carne moída ⇒ Couve folha refogada	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Batatinha cozida ⇒ Lombo suíno ⇒ Repolho e Alface ⇒ Banana	⇒ Arroz e feijão ⇒ Quirerinha ⇒ Lombo suíno em fatias ⇒ Brócolis e Alface ⇒ Maçã	⇒ Arroz e Feijão ⇒ Macarronada ao sugo ⇒ Carne de panela ⇒ Alface ⇒ Banana
Lanche da Tarde 14:45h e 15:15h	⇒ Bolo de fubá ⇒ Suco de fruta	⇒ Risoto de frango e ⇒ Tomate e acelga	⇒ Pão caseirinho e carne moída	⇒ Carreteiro ⇒ Salada de Alface	⇒ Pão de queijo ⇒ Banana
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
CRN 8653