



Prefeitura Municipal de Laranjal – PR  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
Telefone (42) 3645 – 1236  
E-mail: [alimentacaolaranj@gmail.com](mailto:alimentacaolaranj@laranjal.pr.gov.br)



# CARDÁPIOS 2024

---

Fernanda C. Jascente  
Nutricionista – RT  
CRN-8 15415



SEGMENTO: BERÇÁRIO 6m A 1 ano - **CMEI DONA BELA**  
PERÍODO INTEGRAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 – 08:30	Papinha de bolacha + Leite com cacau	Papinha de bolo + Chá de frutas	Papinha de pão + Chá de frutas	Papinha de pão + Chá de frutas	Papinha de bolacha + Leite com cacau
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

SEMANA 1 E 3					
<b>ALMOÇO</b> 10:00	Arroz+ Macarrão + Lentilha + Carne moída ao molho com Legumes cozidos	Arroz + Feijão + Polenta cremosa com Frango e legumes ao molho	Arroz + Feijão + Carne bovina e legumes cozidos	Arroz + Feijão + Creme de mandioquinha + Carne de panela	Arroz + Papinha de feijão + Carne de porco desfiada
<b>Sobremesa**</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>LANCHE</b> 13:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30	Quirerinha cremosa + Carne cozida	Sopa de frango com legumes	Sopa de feijão com carne e legumes	Polenta cremosa com carne de panela	Sopa de macarrão com carne e legumes
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

SEMANA 2 E 4					
<b>ALMOÇO</b> 10:00	Arroz + Feijão + Purê de legumes + Carne bovina cozida	Arroz com legumes e ovos cozidos	Arroz + Mandioca + Carne bovina cozida + Caldinho de feijão	Quirerinha cremosa com carne de porco desfiada	Arroz com frango e legumes + Caldinho de feijão
<b>Sobremesa**</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>LANCHE</b> 13:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30	Macarrão com carne cozida	Sopa de lentilha com carne	Purê de batatinha + Peito de frango desfiado	Sopa de feijão com carne e legumes	Sopa de carne com legumes
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

**MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:**

CALORIAS: 523Kcal | CHO: 70.8g | PTN: 25.4g | LIP: 16.8g | VIT A: 718.8mcg | VIT C: 75.8mg | CÁLCIO: 536mg | FERRO: 6.1mg.  
 Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia.

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.

\*\*Sobremesa: De acordo com a disponibilidade.

- A CONSISTÊNCIA DEVE SER OFERTADA DE ACORDO COM A FAIXA ETÁRIA:

Fonte: Ministério da Saúde, 2019.





SEGMENTO: BERÇÁRIO 6m A 1 ano **CMEI CAMINHOS DA ESPERANÇA**  
**PERÍODO INTEGRAL**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 - 08:30	Papinha de bolacha + Chá de frutas	Papinha de bolo + Chá de frutas	Papinha de pão + Chá de frutas	Papinha de pão + Chá de frutas	Papinha de bolacha + Chá de frutas
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

SEMANA 1 E 3					
<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	Arroz branco + Lentilha Macarrão + Carne moída + Legumes cozidos	<i>Arroz integral</i> + Feijão Polenta cremosa com Frango desfiado ao molho	Arroz branco + Feijão Carne bovina desfiada com legumes	<i>Arroz integral</i> + Feijão Creme de mandioquinha Carne de panela desfiada	Arroz + Virado de feijão Carne de porco desfiada Legumes refogados
<b>Sobremesa**</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>LANCHE</b> 13:00 – 13:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Quirerinha cremosa + Carne	Sopa de frango e legumes	Sopa de feijão e legumes	Polenta cremosa + Carne desfiada	Sopa de carne com legumes
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

SEMANA 2 E 4					
<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	<i>Arroz integral</i> + Lentilha Purê de legumes (base de batata inglesa) + Carne bovina desfiada	Arroz colorido com ovos (arroz, seleta de legumes, tomate picado, cheiro verde e ovo)	<i>Arroz integral</i> + Feijão + Vaca atolada (Mandioca + Costela bovina cozida e desfiada)	Quirerinha cremosa com carne de porco desfiada + Feijão	Risoto de frango desfiado com legumes + Feijão
<b>Sobremesa**</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
<b>LANCHE</b> 13:00 – 13:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Purê de legumes + Carne	Sopa de Feijão	Creme de mandioca + Carne	Sopa de carne com legumes	Mingau
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

**MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:**

CALORIAS: 523Kcal | CHO: 70.8g | PTN: 25.4g | LIP: 16.8g | VIT A: 718.8mcg | VIT C: 75.8mg | CÁLCIO: 536mg | FERRO: 6.1mg.

Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia.

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.

\*\*Sobremesa: De acordo com a disponibilidade.

- A CONSISTÊNCIA DEVE SER OFERTADA DE ACORDO COM A FAIXA ETÁRIA:

Fonte: Ministério da Saúde, 2019.





SEGMENTO: BERÇÁRIO 6m A 1 ano - **ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)**  
**CMEI CAMINHOS DA ESPERANÇA - PERÍODO INTEGRAL**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 - 08:30	Papinha de bolacha + Leite com cacau***	Papinha de bolo + Chá de frutas***	Papinha de pão + Chá de frutas***	Papinha de pão + Chá de frutas***	Papinha de bolacha + Leite com cacau***
<b>LANCHE</b>	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

\*\*\***EM TODAS AS PREPARAÇÕES O LEITE DE VACA, DEVE SER SUBSTITUÍDO PELO LEITE DE SOJA**\*\*\*

**SEMANA 1 E 3**

<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	Arroz branco + Lentilha Macarrão + Carne moída ao molho com legumes cozidos	<i>Arroz integral</i> + Feijão Polenta cremosa com Frango desfiado ao molho	Arroz branco + Feijão Carne bovina desfiada com legumes	<i>Arroz integral</i> + Feijão Creme de mandioquinha*** Carne de panela desfiada	Arroz + Virado de feijão Carne de porco desfiada Legumes refogados
<b>Sobremesa**</b>	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja
<b>LANCHE</b> 13:00 – 13:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Quirerinha cremosa + Carne	Sopa de frango e legumes	Sopa de feijão e legumes	Polenta cremosa + Carne desfiada	Sopa de carne com legumes
<b>LANCHE</b>	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja

\*\*\***EM TODAS AS PREPARAÇÕES O LEITE DE VACA, DEVE SER SUBSTITUÍDO PELO LEITE DE SOJA**\*\*\*

**SEMANA 2 E 4**

<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	<i>Arroz integral</i> + Lentilha Purê de legumes*** (base de batata inglesa) + Carne bovina desfiada	Arroz colorido com ovos (arroz, seleta de legumes, tomate picado, cheiro verde e ovo)	<i>Arroz integral</i> + Feijão + Vaca atolada (Mandioca + Costela bovina cozida e desfiada)	Quirerinha cremosa com carne de porco desfiada + Feijão	Risoto de frango desfiado com legumes + Feijão
<b>Sobremesa**</b>	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja
<b>LANCHE</b> 13:00 – 13:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b>	Purê de legumes*** + Carne	Sopa de Feijão	Creme de mandioca*** + Carne	Sopa de carne com legumes	Mingau***
<b>LANCHE</b>	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja	Leite de soja

**MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:**

CALORIAS: 523Kcal | CHO: 70.8g | PTN: 25.4g | LIP: 16.8g | VIT A: 718.8mcg | VIT C: 75.8mg | CÁLCIO: 536mg | FERRO: 6.1mg.

Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia.

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.

\*\*Sobremesa: De acordo com a disponibilidade.

\*\*\***Substituir o leite de vaca, para LEITE DE SOJA.**

• A CONSISTÊNCIA DEVE SER OFERTADA DE ACORDO COM A FAIXA ETÁRIA:

Fonte: Ministério da Saúde, 2019.





SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL 1 A 3 ANOS – CMEI DONA BELA  
**PERÍODO INTEGRAL**

**SEMANA 1 E 3**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 – 08:30	Biscoito de polvilho + Chocolate quente (Cacau)	Bolo de cacau 100% + Chá de frutas	Pão caseiro com creme de ricota caseiro + Chá de frutas	Pão caseiro com creme de ricota caseiro + Chá de frutas	Bolo de fubá + Leite com cacau
<b>ALMOÇO</b> 10:30 - 11:00	Arroz branco + Lentilha + Macarrão + Carne moída ao molho + Salada	<i>Arroz integral</i> + Feijão Polenta cremosa com Frango ao molho	Arroz branco + Feijão Picadinho de carne bovina com legumes	<i>Arroz integral</i> + Feijão Creme de mandioquinha Carne de panela + Salada	Arroz + Virado de feijão + Carne de porco assada + Salada refogada
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30	Quirerinha cremosa com carne moída	Farofa de frango com legumes + Suco	Torta de carne bovina com legumes + Suco	Polenta cremosa com Carne de panela	Pão caseiro com molho de carne + Suco
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

**SEMANA 2 E 4**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 – 08:30	Biscoito + Leite com cacau	Bolo de fubá + Chá de frutas	Pão caseiro com patê de frango + Chá de frutas	Pão caseiro com patê de frango + Chá de frutas	Bolo de cacau 100% + Leite com cacau
<b>ALMOÇO</b> 10:30 - 11:00	<i>Arroz integral</i> + Lentilha Purê de legumes (base de batata inglesa) + Picadinho de carne bovina com cebola	Arroz colorido com ovos (arroz, seleta de legumes, tomate picado, cheiro verde e ovo)	<i>Arroz integral</i> + Feijão Vaca atolada (Mandioca + Costela bovina cozida) Salada	Quirerinha cremosa + Carne de porco + Feijão Salada	Risoto de frango com legumes + Feijão
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30	Farofa de carne com legumes + Suco	Sopa de legumes, macarrão cabelo de anjo e carne	Creme de mandioca + Carne	Virado de Feijão + Carne + Suco	Macarrão com carne moída
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

**MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:**

CALORIAS: 722 Kcal | CHO: 110.9 g | PTN: 23.1 g | LIP: 22.4 g | VIT A: 152.1 mcg | VIT C: 88.4 mg | CÁLCIO: 436.8 mg | FERRO: 3.3 mg.  
Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia.

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.

\*\*Sobremesa: De acordo com a disponibilidade.

- Nas refeições com Arroz integral, complementamos nossas preparações com fontes alternativas de carboidratos até a adaptação completa.
- As verduras/legumes, devem ser servidas diretamente na montagem dos pratos.



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL 1 A 3 ANOS – CMEI Caminhos da Esperança  
PERÍODO INTEGRAL

SEMANA 1 E 3					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 – 08:30	Biscoito de polvilho + Chá de frutas	Bolo de cacau 100% + Chá de frutas	Pão caseiro com creme de ricota caseiro + Suco	Pão caseiro com creme de ricota caseiro + Chá de frutas	Biscoito de maisena + Chá de frutas
<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	Arroz branco + Lentilha + Macarrão + Carne moída + Salada	Arroz integral + Feijão Polenta cremosa com Frango ao molho	Arroz branco + Feijão + Picadinho de carne bovina com legumes	Arroz integral + Feijão Creme de mandioquinha + Frango + Salada	Arroz branco + Virado de feijão + Carne de porco assada + Couve refogada*
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30 – 15:00	Quirerinha cremosa	Farofa de carne com legumes + Chá de frutas	Sopa de frango com legumes	Pão de queijo + Chocolate quente (Cacau)	Canjica + Pipoca
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

SEMANA 2 E 4					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 – 08:30	Biscoito + Chá de frutas	Bolo de fubá + Chá de frutas	Pão caseiro + Suco	Pão caseiro + Chá de frutas	Biscoito integral + Chá de frutas
<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	Arroz integral + Lentilha Purê de legumes (base de batata) + Carne bovina de panela	Arroz branco colorido com ovos (arroz, seleta de legumes, tomate picado, cheiro verde e ovo)	Arroz integral + Feijão Vaca atolada (mandioca + Costela bovina cozida) Salada	Quirerinha cremosa com carne de porco + Salada	Risoto de frango com legumes + Feijão
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30 – 15:00	Torta salgada + Leite com cacau	Pão caseiro + Molho de carne	Farofa de carne com legumes + Chá de frutas	Virado de Feijão + Carne	Bolo de cacau 100% + Suco
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

**MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:**

CALORIAS: 722 Kcal | CHO: 110.9 g | PTN: 23.1 g | LIP: 22.4 g | VIT A: 152.1 mcg | VIT C: 88.4 mg | CÁLCIO: 436.8 mg | FERRO: 3.3 mg.

Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia.

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.

\*\*Sobremesa: De acordo com a disponibilidade.

- Nas refeições com Arroz integral, complementamos nossas preparações com fontes alternativas de carboidratos até a adaptação completa.
- As verduras/legumes, devem ser servidas diretamente na montagem dos pratos.



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL 1 A 3 ANOS – ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)  
CMEI CAMINHOS DA ESPERANÇA - PERÍODO INTEGRAL

SEMANA 1 E 3					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 – 08:30	Biscoito + Chá de frutas	Bolo de cacau 100% + Chá de frutas	Pão caseiro + Suco	Pão caseiro + Chá de frutas	Biscoito de maisena + Chá de frutas
<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	Arroz branco + Lentilha Macarrão + Carne moída + Salada	Arroz integral + Feijão Polenta cremosa com Frango ao molho	Arroz branco + Feijão Picadinho de carne bovina com legumes	Arroz integral + Feijão Creme de mandioquinha*** + Frango + Salada	Arroz branco + Virado de feijão + Carne de porco assada + Couve refogada*
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30 – 15:00	Quirerinha cremosa	Farofa de carne com legumes + Chá de frutas	Sopa de frango com legumes	Pão de queijo*** + Chocolate quente (Cacau)***	Canjica*** + Pipoca
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

\*\*\*EM TODAS AS PREPARAÇÕES O LEITE DE VACA, DEVE SER SUBSTITUÍDO PELO LEITE DE SOJA\*\*\*

SEMANA 2 E 4					
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>DESJEJUM</b> 08:00 – 08:30	Biscoito + Chá de frutas	Bolo de fubá + Chá de frutas	Pão caseiro + Suco	Pão caseiro + Chá de frutas	Biscoito integral + Chá de frutas
<b>ALMOÇO</b> 10:00 – 10:30	Arroz integral + Lentilha Purê de legumes*** (base de batata) Carne bovina de panela	Arroz branco colorido com ovos (arroz, seleta de legumes, tomate picado, cheiro verde e ovo)	Arroz integral + Feijão Vaca atolada (mandioca + Costela bovina cozida) Salada	Quirerinha cremosa com carne de porco + Salada	Risoto de frango com legumes + Feijão
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>JANTAR</b> 14:30 – 15:00	Torta salgada*** + Leite com cacau***	Pão caseiro + Molho de carne + Suco	Farofa de carne com legumes + Chá de frutas	Virado de Feijão + Carne	Bolo de cacau 100%*** + Suco
<b>Sobremesa**</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

**MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:**

CALORIAS: 722 Kcal | CHO: 110.9 g | PTN: 23.1 g | LIP: 22.4 g | VIT A: 152.1 mcg | VIT C: 88.4 mg | CÁLCIO: 436.8 mg | FERRO: 3.3 mg.

Todas as refeições suprem 70% das necessidades nutricionais/dia.

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.

\*\*Sobremesa: De acordo com a disponibilidade.

\*\*\*Substituir o leite de vaca, para **LEITE DE SOJA**.

- Nas refeições com Arroz integral, complementamos nossas preparações com fontes alternativas de carboidratos até a adaptação completa.
- As verduras/legumes, devem ser servidas diretamente na montagem dos pratos.



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL – ATÉ 10 ANOS

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SEMANA 1</b>	Arroz Vaca atolada Salada	Arroz com cenoura Feijão Frango ao molho Fruta	Arroz Feijão Bisteca suína Salada	Sopa de legumes (Macarrão e carne)	Torta salgada* Biscoito doce Chá de frutas Fruta
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Frango ao molho Salada	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada Fruta	Arroz Feijão Carne de panela Salada	Arroz Feijão Estrogonofe* Salada	Bolo de fubá* Pipoca Chá de frutas Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Galinhada com legumes	Arroz Feijão Carne moída Legumes cozidos Fruta	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada	Arroz Carne bovina assada (Pode ser refogada) Maionese* Salada	Farofa de carne e legumes Biscoito doce Chá de frutas Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quirerinha cremosa com carne de porco Salada	Arroz Feijão Carne ao molho Salada Fruta	Macarrão com carne moída Feijão Salada	Baião de três (Arroz, feijão e frango – Pode ser servido separado) Salada	Bolo de cacau 100%* Pipoca Chá de frutas Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 927 Kcal   CHO: 159.5 g   PTN: 41.3 g   LIP: 21.7 g   VIT A: 696.4 mcg   VIT C: 101.8 mg   CÁLCIO: 179.9 mg   FERRO: 6.8 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.

\*USAR LEITE ZERO LACTOSE NAS PREPARAÇÕES.



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL – (CAMPO) MUNHOZ DA ROCHA

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SEMANA 1</b>	Arroz Vaca atolada Salada	Arroz com brócolis Feijão Frango ao molho Salada	Arroz Panqueca ao molho bolonhesa Feijão Fruta	Arroz Virado de Feijão Bisteca suína Salada	Sagu e Canjica Biscoito salgado Fruta
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Frango ao molho Feijão Salada	Arroz Feijoada Salada	Arroz Lasanha Fruta	Arroz Macarrão Feijão Carne de panela Salada	Pavê de cacau 100% Biscoito salgado Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Sopa de frango com legumes	Arroz Feijão Iscas bovina acebolada Salada	Purê de batata Quibe assado Fruta	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada	Assado de frango (Joelho) Biscoito doce Chá de frutas Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quirerinha cremosa com carne de porco Feijão Salada	Arroz Feijão Carne ao molho Salada	Torta salgada Suco Fruta	Macarrão com carne moída ao molho Feijão Salada	Bolo de cacau 100% Biscoito salgado Chá de frutas Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 927 Kcal   CHO: 159.5 g   PTN: 41.3 g   LIP: 21.7 g   VIT A: 696.4 mcg   VIT C: 101.8 mg   CÁLCIO: 179.9 mg   FERRO: 6.8 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL E FUNDAMENTAL – (CAMPO) FELIPE DOS SANTOS

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SEMANA 1</b>	Arroz Vaca atolada Salada	Arroz com brócolis Feijão Frango ao molho Salada	Arroz Nhoque ao molho bolonhesa Feijão Fruta	Arroz Feijão Bisteca suína Salada	Farofa com carne e legumes Biscoito salgado Fruta
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Frango ao molho Feijão Salada	Arroz Feijoada Salada	Arroz Lasanha Fruta	Arroz Feijão Carne de panela Salada	Pavê de cacau 100% Biscoito salgado Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Galinhada com legumes Feijão	Arroz Feijão Isclas bovina acebolada Salada	Purê de batata Quibe assado Fruta	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada	Canjica Pipoca Chá de frutas Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quirerinha cremosa com carne de porco Feijão Salada	Arroz Feijão Carne ao molho Salada	Torta salgada Suco Fruta	Macarrão com carne moída ao molho Feijão Salada	Bolo de cacau 100% Biscoito salgado Chá de frutas Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 927 Kcal   CHO: 159.5 g   PTN: 41.3 g   LIP: 21.7 g   VIT A: 696.4 mcg   VIT C: 101.8 mg   CÁLCIO: 179.9 mg   FERRO: 6.8 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.



SEGMENTO: EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – APAE

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
<b>SEMANA 1</b>	Arroz Feijão Vaca atolada Salada	Arroz com brócolis Feijão Frango ao molho Salada	Arroz Feijão Nhoque ao molho bolonhesa Fruta	Arroz Feijão Bisteca suína assada Salada	Sagu com suco de uva Biscoito salgado Fruta
<b>SEMANA 2</b>	Polenta Feijão Frango ao molho Salada	Arroz Feijoada Salada	Arroz Feijão Lasanha Fruta	Arroz Feijão Carne de panela Salada	Pavê de cacau 100% Biscoito salgado Fruta
<b>SEMANA 3</b>	Galinhada com legumes Feijão	Arroz Feijão Isclas bovina acebolada Salada	Purê de batata Quibe assado Fruta	Arroz Virado de Feijão Picadinho de carne suína Salada	Assado de frango (Joelho) Biscoito doce Chá de frutas Fruta
<b>SEMANA 4</b>	Quirerinha cremosa com carne de porco Feijão Salada	Arroz Feijão Carne ao molho Salada	Torta salgada Fruta	Macarrão com almôndega ao molho Feijão Salada	Bolo de cacau 100% Biscoito salgado Chá de frutas Fruta
<b>MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES:</b> CALORIAS: 927 Kcal   CHO: 159.5 g   PTN: 41.3 g   LIP: 21.7 g   VIT A: 696.4 mcg   VIT C: 101.8 mg   CÁLCIO: 179.9 mg   FERRO: 6.8 mg. Todas as refeições suprem 70% e 20% das necessidades nutricionais/dia, respectivamente.					

\*Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE, sujeito a **alterações conforme demanda de safra e disponibilidade de produtos** para elaboração das preparações.