



CARDÁPIO ESCOLAR

CARDÁPIO GERAL 01– Previsão 03/02 a 28/02/25

DIAS	SEGUNDA FEIRA 03/02	TERÇA FEIRA 04/02	QUARTA FEIRA 05/02	QUINTA FEIRA 06/02	SEXTA FEIRA 07/02
SEMANA 1	Arroz /Feijão * Ovos mexidos *com legumes Salada	Vaca atolada Salada Fruta	Macarronada* com frango Salada Fruta	Carreteiro Salada ou legume refogado Fruta	Arroz /Feijão* Carne suína acebolada* Salada verde

Composição Nutricional (Média semanal)	Energia	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Ferro	Vit A	Ca	Vit C
	320,7	52,6gr	21,5gr	4,6gr	2,30	1,7	38	11,2

	SEGUNDA FEIRA 10/02	TERÇA FEIRA 11/02	QUARTA FEIRA 12/02	QUINTA FEIRA 13/02	SEXTA FEIRA 14/02
SEMANA 2	Arroz /Feijão* Farofa de fígado Salada	Risoto Salada ou legumes Fruta	Canjiquinha com carne suína* Salada ou legume Fruta	Bolacha caseira* iogurte* Fruta	Arroz Feijão* Legumes refogados com carne moída Salada verde

Composição Nutricional (Média semanal)	Energia	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Ferro	Vit A	Ca	Vit C
	314	49,4	18,6	5,33	3,13	1,50	27,21	29,13

	SEGUNDA FEIRA 17/02	TERÇA FEIRA 18/02	QUARTA FEIRA 19/02	QUINTA FEIRA 20/02	SEXTA FEIRA 21/02
SEMANA 3	Virado de feijão* com ovos* Arroz Salada	Macarrão* com frango ao molho Salada Fruta	Polenta Carne suína* ao sugo Salada Fruta	Pão caseiro* com melado Batida de frutas* Fruta	Escondidinho de mandioca com carne moída Salada

Composição Nutricional (Média semanal)	Energia	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Ferro	Vit A	Ca	Vit C
	401	54,83	17,8	10,6	2,01	51,74	148,9	19,6



	SEGUNDA FEIRA 24/02	TERÇA FEIRA 25/02	QUARTA FEIRA 26/02	QUINTA FEIRA 27/02	SEXTA FEIRA 28/02
SEMANA 4	Arroz / Feijão* Omelete * Salada	Sopa de legumes e frango Fruta	Carne moída ao sugo Purê de batatas Salada	Canjiquinha com Carne bovina Salada Fruta	Feijão* com carne suína* Arroz Salada Fruta

Composição Nutricional (Média semanal)	Energia	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos	Ferro	Vit A	Ca	Vit C
	340,2	53,30	19,13	5,66	2,51	22,74	97,2	52

*Frutas, legumes e folhosos serão enviados de acordo com a sazonalidade.

*Este cardápio segue a legislação do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES



Bruna Souza Luz
Nutricionista CRN 5798

Setor de Nutrição Escolar Medianeira/Paraná



Luzia Alves Sapelli
Nutricionista-CRN 4434