



Cardápio Semanal

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
02/06/2025	03/06/2025	04/06/2025	05/06/2025	06/06/2025	
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Banana	½ Pão Francês Manteiga Leite c. Chocolate	Iogurte 6 Rosquinhas	
Polenta Frango ao molho	Arroz Feijão Carne de porco Salada Pepino	Mingau de Chocolate	Arroz Feijão Carne ao molho com mandioca	Macarrão com carne moída - Maçã	
Energia: 494,90 kcal	Energia: 489,15 kcal	Energia: 494,80 kcal	Energia: 494,80 kcal	Energia: 492,60 kcal	
Composição nutricional		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos		493,25	77	12	15
Média Semanal 11-15 e EJA		710	94	22	26

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
09/06/2025	10/06/2025	11/06/2025	12/06/2025	13/06/2025	
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Banana	Chá 4 Bolacha caseira	
Arroz Feijão Farofa Melão	Arroz Feijão Carne ao molho com mandioca	Arroz Feijão Carne de porco Salada Pepino	Arroz Feijão Picadinho de carne com legumes	Sopa de macarrão com carne moída e legumes - Maçã	
Energia: 492,48 kcal	Energia: 494,80 kcal	Energia: 489,15 kcal	Energia: 492,52 kcal	Energia: 495,25 kcal	
Composição nutricional		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos		492,84	76	13	15
Média Semanal 11-15 e EJA		710	96	21	27

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
16/06/2025	17/06/2025	18/06/2025	19/06/2025	20/06/2025	
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Banana			
Macarrão com carne moída	Arroz Feijão Carne bovina em tirinhas	Arroz Feijão Farofa Salada de alface	Feriado	Recesso	
Energia: 494,80 kcal	Energia: 492,60 kcal	Energia: 494,80 kcal			
Composição nutricional		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos		494	79	13	14
Média Semanal 11-15 e EJA		710	98	19	28


Daniel C. de Santi
 Nutricionista - RT
 CRN8. 7407

Cardápio sujeito a alterações!!!





Cardápio Semanal

Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

Cruzeiro do Sul - PR

Ref. 06/2025 - 30% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
23/06/2025	24/06/2025	25/06/2025	26/06/2025	27/06/2025
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá de chocolate	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Iogurte 4 Bolacha caseira
Arroz Feijão Ovos cozidos com legumes	Macarronada com carne moída	Feijoada Arroz Salada - Abacaxi	Arroz Feijão Filé de Tilápia - Maçã	Arroz Purê de batata Carne ao molho, desfiada
Energia: 492,48 kcal	Energia: 492,60 kcal	Energia: 492,48 kcal	Energia: 493,90 kcal	Energia: 495,25 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	493,34	77	12	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	99	24	25

Cardápio sujeito a alterações!!!



Daniel C. de Santi
Nutricionista - RT
CRN8. 7407

