



Cardápio Semanal

Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

Cruzeiro do Sul - PR

Ref. 04/2025 - 30% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
31/03/2025	01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Leite c. Chocolate	Banana	½ Pão Francês Manteiga Chá	Iogurte 6 Rosquinhas
Polenta Carne moída	Arroz Feijão Carne ao molho com mandioca	Arroz Feijão Farofa Salada de alface	Arroz Feijão Carne de porco Salada Pepino	Sopa de macarrão com carne e legumes - Maçã
Energia: 494,90 kcal	Energia: 494,80 kcal	Energia: 491,30 kcal	Energia: 489,15 kcal	Energia: 492,25 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	492,5	77	12	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	94	22	26

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá de chocolate	Banana	Chá 4 Bolacha caseira
Macarrão com carne moída	Arroz, Feijão Ovos Mexidos Salada de Repolho Uva	Arroz Feijão Carne de porco Salada Pepino	Arroz Feijão Picadinho de carne com legumes	Arroz Feijão Frango ao molho
Energia: 493,80 kcal	Energia: 492,48 kcal	Energia: 489,15 kcal	Energia: 492,52 kcal	Energia: 493,22 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	492,23	76	13	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	96	21	27

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Banana		
Arroz Feijão Carne bovina em tirinhas	Arroz Feijão Farofa Salada de alface	Cachorro Quente Refrigerante PARQUE ECOLÓGICO	RECESSO	FERIADO
Energia: 492,60 kcal	Energia: 491,30 kcal	Energia: 493,22 kcal		
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	423,37	79	13	14
Média Semanal 11-15 e EJA	710	98	19	28

Cardápio sujeito a alterações!!!



Daniel C. de Santi
Nutricionista - RT
CRN8. 7407





Cardápio Semanal

Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

Cruzeiro do Sul - PR

Ref. 04/2025 - 30% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025
	½ Pão Francês Manteiga Chá de chocolate	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Iogurte 4 Bolacha caseira
FERIADO	Macarronada com carne moída	Feijoada Arroz Salada - Uva	Arroz Feijão Filé de Tilápia - Maçã	Arroz Feijão Carne bovina em tirinhas
	Energia: 493,80 kcal	Energia: 492,48 kcal	Energia: 496,90 kcal	Energia: 492,60 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	493,94	77	12	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	99	24	25

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025	01/05/2025	02/05/2025
½ Pão Francês Manteiga Chá	Banana	Chá 4 Bolacha caseira		
Macarrão com carne moída	Arroz, Feijão Ovos Mexidos Salada de Repolho	Arroz Purê de batata Frango ao molho	FERIADO	RECESSO
Energia: 493,80 kcal	Energia: 492,48 kcal	Energia: 491,15 kcal		
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	492,47	76	13	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	96	21	27

Cardápio sujeito a alterações!!!



Daniel C. de Santi
Nutricionista - RT
CRN8. 7407

