



Cardápio Semanal

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
03/06/2024	04/06/2024	05/06/2024	06/06/2024	07/06/2024	
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Suco de Laranja	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Leite com cacau 4 Bolacha de sal	
Arroz, Feijão Ovos Mexidos Suco de maracujá	Arroz, feijão Carne Bovina Salada de tomate e Pepino	Arroz Feijão Filé de Tilápia Batata inglesa	Sopa de macarrão com carne moída e legumes Banana	Galinhada Salada	
Energia: 492,48 kcal	Energia: 492,60 kcal	Energia: 494,25 kcal	Energia: 495,25 kcal	Energia: 491,61 kcal	
Composição nutricional		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos		493,24	71	16	16
Média Semanal 11-15 e EJA		473,97	83	21	5

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
10/06/2024	11/06/2024	12/06/2024	13/06/2024	14/06/2024	
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Suco de uva	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Leite com cacau 4 Bolacha doce	
Arroz, Feijão, Ovos cozidos Salada	Sopa de macarrão com carne moída e legumes	Arroz doce Fruta	Arroz Feijão Carne ao molho Salada de Tomate	Polenta Carne moída Suco de maracujá	
Energia: 492,48 kcal	Energia: 492,25 kcal	Energia: 494,20 kcal	Energia: 495,30 kcal	Energia: 493,61 kcal	
Composição nutricional		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos		493,56	70	16	16
Média Semanal 11-15 e EJA		473,48	83	20	6

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
17/06/2024	18/06/2024	19/06/2024	20/06/2024	21/06/2024	
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Suco de Laranja	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Leite com cacau Pão de forma Manteiga	
Arroz, Feijão Ovos Mexidos e Cenoura	Arroz Feijão Farofa Suco de Acerola	Arroz Feijão Carne ao molho Salada	Galinhada Fruta	Sopa de macarrão com carne moída e legumes	
Energia: 492,48 kcal	Energia: 493,20 kcal	Energia: 492,48 kcal	Energia: 492,52 kcal	Energia: 492,25 kcal	
Composição nutricional		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos		492,58	71	16	16
Média Semanal 11-15 e EJA		473,31	85	21	5

Cardápio sujeito a alterações!!!


Daniel C. de Santi
 Nutricionista - RT
 CRN8. 7407





Cardápio Semanal

Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

Cruzeiro do Sul - PR

Ref. 06/2024 - 30% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
24/06/2024	25/06/2024	26/06/2024	27/06/2024	28/06/2024
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Suco de uva	½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Leite com cacau Pão de forma Manteiga
Polenta Carne moída Suco de maracujá	Arroz, Feijão, Ovos cozidos Salada	Arroz Feijão Filé de Tilápia Batata inglesa	Arroz doce Fruta	Arroz Feijão Carne ao molho Salada
Energia: 492,48 kcal	Energia: 492,48 kcal	Energia: 494,25 kcal	Energia: 494,20 kcal	Energia: 492,48 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	493,17	71	16	16
Média Semanal 11-15 e EJA	473,31	85	21	5

Cardápio sujeito a alterações!!!



Daniel C. de Santi
Nutricionista - RT
CRN8. 7407

