



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR – MODALIDADE: PRÉ ESCOLA/ENSINO FUNDAMENTAL

| | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | Média Semanal |
|-----------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | 02/06 – 07/07 | 03/06 – 08/07 | 04/06 – 09/07 | 05/06 | 06/06 | |
| 1ª SEMANA | Arroz carreteiro Salada | Feijão, arroz, peito frango ao molho Salada | Pão francês com carne moída Suco de uva integral Fruta | Polenta Isclas bovina ao molho Salada Fruta | Feijão, arroz Farofa (legumes/ovos) Fruta | Energia: 460,87 kcal Proteínas: 21g (19%) Lipídeos: 7g (14%) Carboidratos: 80g (67%) Sódio: 749,75 mg |
| | 09/06 | 10/06 | 11/06 | 12/06 | 13/06 | |
| 2ª SEMANA | Risoto Salada | Bolacha caseira Leite integral Fruta | Feijão, arroz, carne moída Salada Fruta | Macarrão Peito frango ao molho Salada | Feijão, arroz, Iscla bovina Salada Fruta | Energia: 368,24kcal Proteínas: 17g (19%) Lipídeos:8g (20%) Carboidratos: 56g (61%) Sódio: 510,82 mg |
| | 16/06 | 17/06 | 18/06 | 19/06 | 20/06 | |
| 3ª SEMANA | Polenta Iscla bovina molho Salada | Feijão, arroz Farofa (legumes/ovos) Fruta | Pão caseiro com nata Leite integral Fruta | Não haverá aula | Não haverá aula | Energia: 464,38kcal Proteínas: 18g (17%) Lipídeos: 9g (18%) Carboidratos: 79g (65%) Sódio: 806,35 mg |
| | 23/06 – 28/07 | 24/06 – 29/07 | 25/06 – 30/07 | 26/06 – 31/07 | 27/06 – 01/08 | |
| 4ª SEMANA | Bolacha caseira Suco de fruta | Feijão, arroz, Iscla bovina Salada Fruta | Cuca Leite integral Fruta | Macarrão caseiro Carne moída Salada | Feijão, arroz, Carne moída Salada Fruta | Energia: 445,72kcal Proteínas: 19g (18%) Lipídeos: 7g (15%) Carboidratos: 76g (67%) Sódio: 666,19 mg |
| | 30/06 | 01/07 | 02/07 | 03/07 | 04/07 | |
| 5ª SEMANA | Polenta Peito de frango ao molho Salada | Bolacha caseira Leite integral Fruta | Arroz, batata inglesa Iscla bovina Salada Fruta | Arroz carreteiro Salada Fruta | Feijão, arroz, Farofa (legumes/ovos) Fruta | Energia: 370kcal Proteínas: 18g (19%) Lipídeos: 6g (17%) Carboidratos: 61g (64%) Sódio: 547 mg |

Cardápio sujeito a alterações.