



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ
CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024



Escola Municipal Eça de Queirós - Ensino Fundamental 6 a 10 anos - Período: vespertino

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	04	05	06	07	08
Lanche da tarde 1 14:55 H	Macarrão á bolonhesa Salada de repolho com cenoura ralada Melão	Arroz parbolizado cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface Melancia	Risoto de frango Salada de acelga Banana	Bolo integral de chocolate Leite com chocolate Mamão	Feriado Municipal
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	11	12	13	14	15
Lanche da tarde 14:55 H	Polenta á bolonhesa Salada de tomate Maçã	Carreteiro Couve manteiga refogada Abacaxi	Bolo de laranja iogurte Mamão	Arroz parbolizado cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Beterraba cozida Banana	Pão integral Queijo Presunto Suco de uva Laranja
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	18	19	20	21	22
Lanche da tarde 14:55 H	Mandioca á bolonhesa Salada de repolho Melão	Torta salgada de carne e legumes Suco de uva Banana	Bolo de maçã Leite com chocolate Maçã	Arroz parbolizado cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface Laranja	Macarrão com molho de frango Salada de vagem cozida Mamão
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	25	26	27	28	29
Lanche da tarde 14:55 H	Polenta á bolonhesa Salada de repolho Mamão	Panqueca integral de carne moída Salada de tomate Abacaxi	Bolo de fubá com coco Leite com chocolate Banana	Recesso	Feriado
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

OBS: não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ
CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024



Escola Municipal Eça de Queirós - Ensino Fundamental 6 a 10 anos - Período: matutino

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	04	05	06	07	08
Café da manhã 07:30 H	Bolacha caseira Leite com café Melão	Pão integral com manteiga Leite com chocolate Melancia	iogurte com granola Banana	Cereal de chocolate com leite Mamão	Feriado Municipal
Lanche da manhã 09:40 H	Macarrão á bolonhesa Salada de repolho com cenoura ralada	Arroz parbolizado cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Risoto de frango Salada de acelga	Bolo integral de chocolate Leite com chocolate	
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	11	12	13	14	15
Café da manhã 07:30 H	Bolacha caseira Leite com café Maçã	Batida de leite com banana e morango Abacaxi	Bolo de laranja Café com leite Mamão	Banana com granola Leite com chocolate	Pão integral com presunto e queijo Suco de uva Laranja
Lanche da manhã 09:40 H	Polenta á bolonhesa Salada de tomate	Carreteiro Couve manteiga refogada	Batata refogada Carne moída em molho Salada de repolho	Arroz parbolizado cozido Feijão preto cozido Ovo mexido Beterraba cozida	Risoto de frango Salada de repolho
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	18	19	20	21	22
Café da manhã 07:30 H	Bolacha caseira Leite com café Melão	iogurte com granola Banana	Bolo de maçã Leite com chocolate Maçã	Pão francês com melado Leite com café Laranja	Cereal de chocolate com leite Mamão
Lanche da manhã 09:40 H	Mandioca á bolonhesa Salada de repolho	Torta salgada de carne e legumes Suco de uva	Arroz parbolizado cozido Picadinho de carne em molho Salada de tomate Maçã	Arroz parbolizado cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface Laranja	Macarrão com molho de frango Salada de vagem cozida Mamão
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	25	26	27	28	29
Café da manhã 07:30 H	Bolacha caseira Leite com café Mamão	Pão francês com melado Leite com café	Pão de queijo Leite com chocolate Banana	Recesso	Feriado
Lanche da manhã 09:40 H	Polenta á bolonhesa Salada de repolho	Panqueca integral de carne moída Salada de tomate Abacaxi	Bolo de fubá com coco Suco de uva		
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

OBS: não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE