



Alimentação Escolar
Cardápio Ensino Médio
Maio 2022

Semana 1	Segunda 02/05 Arroz Feijão Carne moída Salada	Terça 03/05 Arroz, Feijão Carne suína cebolada Salada	Quarta 04/05 Risoto de frango, Feijão Salada	Quinta 05/06 Macarrão com carne Salada	Sexta 06/06 Cachorro-quente Suco de polpa
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 583,6 kcal	Carboidratos 78,6g 54% do VET	Proteínas 27g 20% do VET	Lipídeos 17g 26% do VET
Semana 2	Segunda 09/05 Arroz, Feijão Ovo mexido com abobrinha Salada	Terça 10/05 Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	Quarta 11/05 Arroz, Feijão Frango refogado Salada	Quinta 12/05 Arroz, Feijão Carne de panela com cenoura e vagem Salada	Sexta 13/05 Pão com frango Suco de polpa
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 617,8 Kcal	Carboidratos 92g 60% do VET	Proteínas 27,8g 18% do VET	Lipídeos 16,8g 22% do VET

Obs.

1. Na entrada dos alunos servir leite com chocolate e biscoito doce ou salgado
2. Segunda, quarta e sexta-feira, servir fruta após as refeições.

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958

Cardápio sujeito a alteração.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. João Girardelli, 500 - Centro.
Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164



Alimentação Escolar
Cardápio Ensino Médio
Maio 2022

Semana 3	Segunda 16/05 Arroz, Feijão Linguiça assada Salada	Terça 17/05 Arroz Feijão Peito de Frango grelhado Salada	Quarta 18/05 Arroz Feijão Estrogonofe de carne Salada	Quinta 19/05 Macarrão com frango Salada	Sexta 20/05 Pão com carne Suco de polpa
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 634,70kcal	Carboidratos 87g 55% do VET	Proteínas 26,9g 17% do VET	Lipídeos 19,9g 28% do VET
Semana 4	Segunda 23/05 Arroz, Feijão Farofa de ovos Salada	Terça 24/05 Macarrão com carne Salada	Quarta 25/05 Arroz, Feijão Peixe com batata, tomate e pimentão Salada	Quinta 26/05 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Sexta 27/05 Pão com frango Suco de polpa
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 563,80Kcal	Carboidratos 81,5g 57% do VET	Proteínas 26,6g 20% do VET	Lipídeos 14,6g 23% do VET

Obs.

1. Na entrada dos alunos servir leite com chocolate e biscoito doce ou salgado
2. Segunda, quarta e sexta-feira, servir fruta após as refeições.

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958

Cardápio sujeito a alteração.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. João Girardelli, 500 - Centro.
Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164