



**Alimentação Escolar**  
Cardápio Ensino Fundamental  
Abril 2022

<b>Semana 1</b>	<b>Segunda 04/04</b> Arroz Feijão Carne moída Salada	<b>Terça 05/04</b> Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	<b>Quarta 06/04</b> Risoto de frango, Feijão Salada	<b>Quinta 07/04</b> Macarrão com carne Salada	<b>Sexta 08/04</b> Cachorro-quente Suco Fruta
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 563,6Kcal	<b>Carboidratos</b> 78,5g 56% do VET	<b>Proteínas</b> 28,6g 20% do VET	<b>Lipídeos</b> 15g 24% do VET
<b>Semana 2</b>	<b>Segunda 11/04</b> Arroz, Feijão Ovo mexido com Salada	<b>Terça 12/04</b> Arroz, Feijão Frango de panela Salada	<b>Quarta 13/04</b> Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	<b>Quinta 14/04</b> Arroz, Feijão Carne de panela com cenoura e vagem Salada	<b>Sexta 15/04</b> <b>Feriado</b>
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 595,5Kcal	<b>Carboidratos</b> 90g 60% do VET	<b>Proteínas</b> 25g 17% do VET	<b>Lipídeos</b> 15,4g 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.

**Cardápio sujeito a alteração.**



**Alimentação Escolar**  
Cardápio Ensino Fundamental  
Abril 2022

<b>Semana 3</b>	<b>Segunda 18/04</b> Polenta com carne Salada	<b>Terça 19/04</b> Arroz Feijão Peito de Frango grelhado Salada	<b>Quarta 20/04</b> Arroz Feijão Estrogonofe de carne Salada	<b>Quinta 21/04</b> Feriado	<b>Sexta 22/04</b> Livre
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 588kcal	<b>Carboidratos</b> 78g 53% do VET	<b>Proteínas</b> 24,1g 17% do VET	<b>Lipídeos</b> 20g 30% do VET
<b>Semana 4</b>	<b>Segunda 25/04</b> Arroz, Feijão Ovo mexido Salada	<b>Terça 26/04</b> Macarrão com frango Salada	<b>Quarta 27/04</b> Arroz, Feijão Carne de panela com batata Salada	<b>Quinta 28/04</b> Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	<b>Sexta 29/04</b> Pão com carne Suco de polpa Fruta
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 634,17Kcal	<b>Carboidratos</b> 90,4g 57% do VET	<b>Proteínas</b> 29,4g 19% do VET	<b>Lipídeos</b> 16,9g 24% 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.**

**Cardápio sujeito a alteração.**