



Alimentação Escolar
Cardápio Ensino Médio
Junho 2022

| | | | | | |
|-----------------|--|---|---|--|--|
| Semana 1 | Segunda 30/05 Arroz Feijão Carne moída com legumes Salada | Terça 31/05 Macarrão com frango Salada | Quarta 01/06 Mini feijoada (Arroz, Feijão preto com carne suína Couve) | Quinta 02/06 Arroz, Feijão Carne de panela Salada | Sexta 03/06 Cachorro-quente Suco de polpa |
| | Composição nutricional (Média semanal) | Energia 576 kcal | Carboidratos 84g 58% do VET | Proteínas 24g 17% do VET | Lipídeos 16g 25% do VET |
| Semana 2 | Segunda 06/06 Arroz, Feijão Ovo mexido com abobrinha Salada | Terça 07/06 Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada | Quarta 08/06 Arroz, Feijão Frango refogado Salada | Quinta 09/06 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada | Sexta 10/06 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
Junho 2022

| | | | | | |
|-----------------|--|---|---|---|--|
| Semana 3 | Segunda 13/06 Arroz, Feijão Linguiça assada Salada | Terça 14/06 Risoto de frango Feijão Salada | Quarta 15/06 Macarrão com carne Salada | Quinta 16/06 Feriado | Sexta 17/06 livre |
| | 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 20/06 Arroz, Feijão Farofa de ovos Salada | Terça 21/06 Arroz, Feijão Carne iscas acebolada Salada | Quarta 22/06 Macarrão com frango Salada | Quinta 23/06 Arroz, Feijão Carne suína Salada | Sexta 24/06 Pão com carne 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



Alimentação Escolar
Cardápio Ensino Médio
Junho 2022

| | | | | | |
|-----------------|--|--|--|--|---|
| Semana 5 | Segunda 27/06 Arroz Feijão Frango grelhado Salada | Terça 28/06 Macarrão com carne Salada | Quarta 29/06 Mini feijoada (Arroz, Feijão preto com carne suína Couve) | Quinta 30/06 Arroz, Feijão Ovo mexido com tomate Salada | Sexta 01/07 Pão com frango Suco de polpa |
| | Composição nutricional (Média semanal) | Energia 581kcal | Carboidratos 83g 57% do VET | Proteínas 24g 17% do VET | Lipídeos 14g 26% 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