



Alimentação Escolar
Cardápio Ensino Fundamental
Novembro/ Dezembro 2022

Semana 1	Segunda 28/11 Arroz, Feijão Ovo mexido com milho Salada	Terça 29/11 Arroz, Feijão Frango refogado Salada	Quarta 30/11 Arroz, Feijão Carne de panela com batata Salada	Quinta 01/12 Macarrão com carne Salada	Sexta 02/12 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

***Sujeito a alteração por motivo de Conselho e Reunião de Pais.**

Obs.

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

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 Fundamental
Dezembro 2022

Semana 2 "Recuperação"	Segunda 05/12 Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada	Terça 06/12 Arroz, Feijão Carne suína Salada	Quarta 07/12 Arroz Feijão Farofa de ovos Salada	Quinta 08/12 Macarrão com carne Salada	Sexta 09/12 Suco de polpa Pão com frango
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 581kcal	Carboidratos 83g 57% do VET	Proteínas 24g 17% do VET	Lipídeos 14g 26% do VET

Semana 3 "Recuperação"	Segunda 12/12 Arroz, Feijão Linguiça assada Salada	Terça 13/12 Macarrão com frango Salada	Quarta 14/12 Arroz, Feijão Carne de panela Salada	Quinta 15/12 Arroz, Feijão Frango de panela Salada	Sexta 16/12 Pão com carne Suco de polpa
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 618Kcal	Carboidratos 92g 60% do VET	Proteínas 28g 18% do VET	Lipídeos 16g 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 a refeição.

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