



**Alimentação Escolar**  
Cardápio Ensino Médio  
Novembro/ Dezembro 2022

<b>Semana 1</b>	<b>Segunda 28/11</b> Arroz, Feijão Ovo mexido com milho Salada	<b>Terça 29/11</b> Arroz, Feijão Frango refogado Salada	<b>Quarta 30/11</b> Arroz, Feijão Carne de panela com batata Salada	<b>Quinta 01/12</b> Macarrão com carne Salada	<b>Sexta 02/12</b> Pão com frango Suco de polpa
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 563,80Kcal	<b>Carboidratos</b> 81,5g 57% do VET	<b>Proteínas</b> 26,6g 20% do VET	<b>Lipídeos</b> 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 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