



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO CIMEI – PERÍODO PARCIAL OU INTEGRAL

FEVEREIRO 2023								
1ª SEMANA	2ª FEIRA 06/02	3ª FEIRA 07/02	4ª FEIRA 08/02	5ª FEIRA 09/02	6ª FEIRA 10/02			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	Arroz, Feijão Frango iscas grelhado Salada	Arroz, Feijão, Carne moída com legumes Salada	Arroz, Feijão, Carne de panela com batata Salada	Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada	Arroz Feijão Carne suína acebolada Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito salgado	Bolo de maçã Leite	Omelete de assadeira Suco	Vitamina de leite com fruta Biscoito	Frutas picadas (salada de frutas) Biscoito			
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Macarrão com frango	Sopa creme	Arroz com cenoura Escondidinho de carne	Pão com carne Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	902 kcal	123g/ 55%	37g/ 17%	29g/ 28%	190,5 mcg	54,7 mg	407 mg	4,88 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. João Girardelli, 500 - Centro.

Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

FEVEREIRO 2023									
2ª SEMANA	2ª FEIRA 13/02	3ª FEIRA 14/02		4ª FEIRA 15/02		5ª FEIRA 16/02		6ª FEIRA 17/02	
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga		Leite Bisnaguinha com manteiga		Leite Bisnaguinha com manteiga		Leite Bisnaguinha com manteiga	
Almoço	Arroz, Feijão Ovo mexido com tomate Salada	Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada		Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada		Arroz, Feijão, Carne iscas com legumes, Salada		Arroz, Feijão, Frango iscas grelhado , Salada	
Lanche da tarde	Vitamina de leite com maçã Biscoito	Bolo de cenoura Leite		Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito		Crepioca Suco de polpa		Melancia Biscoito	
Jantar	Sopa de feijão com macarrão	Macarrão com carne		Sopa de legumes com carne		Arroz Purê Brócolis cozido Carne com tomate		Pão com frango Suco	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		830,8 kcal	109g/ 55%	36g/ 16%	28g/ 29%	177 mcg	63 mg	366 mg	4 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. João Girardelli, 500 - Centro.

Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

FEVEREIRO 2023								
3ª SEMANA	2ª FEIRA 20/02	3ª FEIRA 21/02	4ª FEIRA 22/02	5ª FEIRA 23/02	6ª FEIRA 24/02			
Café da manhã			Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	P. facultativo	FERIADO	Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Salada	Arroz, Feijão, Peixe. Salada	Arroz, Feijão, Carne de panela, Salada			
Lanche da tarde			Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito	Leite Bolo de maçã	Melancia			
Jantar			Sopa de feijão com legumes e macarrão	Macarrão alho e óleo com cenoura no ralo fino e brócolis	Pão com carne Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	891,2 kcal	117g/ 53%	36,5g/ 16,3%	30g/ 30%	219 mcg	48,7 mg	466 mg	4,14 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

FEVEREIRO 2023								
4ª SEMANA	2ª FEIRA 27/02	3ª FEIRA 28/02	4ª FEIRA 01/03	5ª FEIRA 02/03	6ª FEIRA 03/03			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada	Arroz, Feijão Frango em cubos no molho Salada	Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada	Arroz, Feijão, Carne de panela, Salada	Arroz, Feijão, Frango iscas grelhado, Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com maçã Biscoito	Bolo de cenoura Leite	Milk shake (leite frio batido com chocolate) Biscoito	Ovo mexido Suco de polpa	Melancia Biscoito			
Jantar	Sopa de feijão com legumes e macarrão	Macarrão com frango	Sopa creme	Arroz Feijão Carne desfiada	Pão com frango Suco			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	902 kcal	123g/ 55%	37g/ 17%	29g/ 28%	190,5 mcg	54,7 mg	407 mg	4,88 mg

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO A UTILIZAÇÃO DE AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. João Girardelli, 500 - Centro.

Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164