



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Cardápio Ensino Médio
Maio 2023

Semana 1	Segunda 01/05 FERIADO	Terça 02/05 Arroz, feijão Linguíça assada Salada	Quarta 03/05 Arroz, Feijão Carne de panela com mandioca Salada	Quinta 04/05 Arroz Feijão Frango refogado Salada	Sexta 05/05 Pão com carne Suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 618Kcal	Carboidratos 92g 60% do VET	Proteínas 28g 18% do VET	Lipídeos 16g 22 % do VET
Semana 2	Segunda 08/05 Arroz, Feijão Ovo mexido com tomate Salada	Terça 09/05 Polenta com carne moída Salada	Quarta 10/05 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Quinta 11/05 Arroz Feijão Carne iscas com legumes Salada	Sexta 12/05 Pão com frango no molho Suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 563,8kcal	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 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



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**Cardápio Ensino Médio
Maio 2023**

Semana 3	Segunda 15/05 Arroz Feijão Carne moída com legumes Salada	Terça 16/05 Arroz Feijão Frango de panela Salada	Quarta 17/05 Arroz, Feijão Peixe assado com batata, tomate e pimentão Salada	Quinta 18/05 Macarrão com frango Salada	Sexta 19/05 Cachorro-quente Suco Fruta
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 634,7Kcal	Carboidratos 87g 55% do VET	Proteínas 26,9g 17% do VET	Lipídeos 19,9g 28% do VET
Semana 4	Segunda 22/05 Arroz, Feijão Farofa de ovos Salada	Terça 23/05 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Quarta 24/05 Risoto de frango Feijão Salada	Quinta 25/06 Macarrão com carne Salada	Sexta 26/05 Pão com frango no molho Suco Fruta
	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 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



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Maio 2023

Semana 5	Segunda 29/05 Arroz, Feijão Frango iscas grelhado Salada	Terça 30/05 Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	Quarta 31/05 Arroz, Feijão Preto com carne Farofa Salada	Quinta 01/06 Macarrão com frango Salada	Sexta 02/06 Pão com carne Suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 581kcal	Carboidratos 83g 57% do VET	Proteínas 24g 17% do VET	Lipídeos 14g 26% do VET

Cardápio sujeito a alteração.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. João Girardelli, 500 - Centro.
Telefone: (19) 3899- 9142/ 9164