



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**Cardápio Ensino Médio
Junho 2023**

Semana 1	Segunda 05/06 Arroz, feijão Linguíça assada Salada	Terça 06/06 Arroz, Feijão Carne de panela com mandioca Salada	Quarta 07/06 "Festa Junina" Cachorro-quente Suco Arroz doce	Quinta 08/06 FERIADO	Sexta 09/06 Livre
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 618Kcal	Carboidratos 92g 60% do VET	Proteínas 28g 18% do VET	Lipídeos 16g 22 % do VET
Semana 2	Segunda 12/06 Arroz, Feijão Ovo mexido com tomate Salada	Terça 13/06 Polenta com carne Salada	Quarta 14/06 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Quinta 15/06 Arroz, Feijão Carne iscas com legumes Salada	Sexta 16/06 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.



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**Cardápio Ensino Médio
Junho 2023**

Semana 3	Segunda 19/06 Arroz Feijão Carne moída com legumes Salada	Terça 20/06 Macarrão com frango Salada	Quarta 21/06 Arroz, Feijão Peixe assado com batata, tomate e pimentão Salada	Quinta 22/06 Arroz, Feijão Frango de panela Salada	Sexta 23/06 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 26/06 Arroz, Feijão Farofa de ovos Salada	Terça 27/06 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Quarta 28/06 Risoto de frango, Feijão Salada	Quinta 29/06 Macarrão com carne Salada	Sexta 30/06 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