



Prefeitura Municipal da Estância Turística de  
Monte Alegre do Sul

Departamento de Educação

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



**Cardápio Ensino Fundamental  
Fevereiro 2024**

<b>Semana 1</b>	<b>Segunda 05/02</b> Arroz Feijão Ovos mexidos Salada	<b>Terça 06/02</b> Arroz, Feijão Sobrecoca de panela Salada	<b>Quarta 07/02</b> Macarrão com carne Salada	<b>Quinta 08/02</b> Risoto de frango (arroz, frango cubos, molho, milho e ervilha, cheiro-verde) Feijão	<b>Sexta 09/02</b> Cachorro-quente Suco
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 553,8Kcal	<b>Carboidratos</b> 72g 50% do VET	<b>Proteínas</b> 24,7g 17% do VET	<b>Lipídeos</b> 19g 30% do VET
<b>Semana 2</b>	<b>Segunda 12/02</b> -	<b>Terça 13/02</b> <b>Feriado Carnaval</b>	<b>Quarta 14/02</b> <b>Quarta de Cinzas</b>	<b>Quinta 15/02</b> Arroz, Feijão Carne Suína acebolada Salada	<b>Sexta 16/02</b> Pão com frango no molho Suco
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 618kcal	<b>Carboidratos</b> 92g 60% do VET	<b>Proteínas</b> 28g 18% do VET	<b>Lipídeos</b> 16g 22% do VET

**Obs.**

- 1. Na entrada dos alunos servir leite com chocolate e biscoito doce ou salgado**
- 2. Dois dias na semana servir fruta após as refeições.**

**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**



<b>Semana 3</b>	<b>Segunda 19/02</b> Arroz Feijão Carne moída Salada	<b>Terça 20/02</b> Arroz, Feijão Trapeiro (Feijão carioca, carne suína cubos, farinha de milho e couve picada) Salada	<b>Quarta 21/02</b> Arroz, Feijão Omelete de forno (Ovo, tomate, cenoura ralada e cheiro- verde) Salada	<b>Quinta,22/02</b> Macarrão com frango Salada	<b>Sexta 23/02</b> Pão com carne Suco
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 545,90Kcal	<b>Carboidratos</b> 82g 60% do VET	<b>Proteínas</b> 22,3g 16% do VET	<b>Lipídeos</b> 14,3g 23% do VET
<b>Semana 4</b>	<b>Segunda 26/02</b> Arroz, Feijão Linguíça assada Salada	<b>Terça 27/02</b> Arroz Feijão Frango refogado Salada	<b>Quarta 28/02</b> Arroz, Feijão Carne de panela com cenoura Salada	<b>Quinta 29/02</b> Arroz, Feijão Peixe assado ou cozido (cação, batata, tomate e pimentão) Salada	<b>Sexta 01/03</b> Pão com frango no molho Suco
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 563,8Kcal	<b>Carboidratos</b> 81,5g 57% do VET	<b>Proteínas</b> 26g 20% do VET	<b>Lipídeos</b> 14g 23% do VET

**Obs.**

- 1. Na entrada dos alunos servir leite com chocolate e biscoito doce ou salgado**
- 2. Dois dias na semana servir fruta após as refeições.**

**Carla Cristina Basso Albertoni**  
**Nutricionista**  
**CRN3 19958**

**Cardápio sujeito a alteração.**