

PREFEITURA MUNICIPAL DE ECOPORANGA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
SETOR DE MERENDA ESCOLAR
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL E PRÉ-ESCOLA
FAIXA ETÁRIA: 4 A 10 anos

SEMANA 1	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 10/06/2024	TERÇA-FEIRA 11/06/2024	QUARTA-FEIRA 12/06/2024	QUINTA-FEIRA 13/06/2024	SEXTA-FEIRA 14/06/2024
		MATUTINO	<p>Omelete de Legumes Assado Arroz Feijão</p> <p>Salada (Repolho com Tomate)</p>	<p>Carne Bovina em Cubos Ensopada com legumes</p> <p>Arroz Feijão</p> <p>Salada (Repolho com Tomate e Cenoura)</p> <p>Fruta</p>	<p>Estrogonofe de Frango</p> <p>Arroz Salada (Repolho com cenoura)</p>	<p>Canjiquinha com carne Moída e legumes Feijão</p> <p>Fruta</p>
VESPERTINO	<p>Omelete de Legumes Assado Arroz Feijão</p> <p>Salada (Repolho com Tomate)</p>	<p>Carne Bovina em Cubos Ensopada com legumes</p> <p>Arroz Feijão</p> <p>Salada (Repolho com Tomate e Cenoura)</p> <p>Fruta</p>	<p>Estrogonofe de Frango</p> <p>Arroz Salada (Repolho com cenoura)</p>	<p>Canjiquinha com carne Moída e legumes Feijão</p> <p>Fruta</p>	<p>Carne moída com legumes</p> <p>Arroz Feijão</p> <p>Salada (repolho com tomate)</p>	

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição.

- Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (kcal)		CARBOIDRATO (g)		PROTEÍNA (g)		LIPÍDEOS (g)	
	442	134%	54	120%	17	212%	18	200%

Nutricionista RT: Thainá Maggione CRN: 18100074
Nutricionista QT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

PREFEITURA MUNICIPAL DE ECOPORANGA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
SETOR DE MERENDA ESCOLAR
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL E PRÉ-ESCOLA
FAIXA ETÁRIA: 4 A 10 anos

SEMANA 2	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 17/06/2024	TERÇA-FEIRA 18/06/2024	QUARTA-FEIRA 19/06/2024	QUINTA-FEIRA 20/06/2024	SEXTA-FEIRA 21/06/2024
		MATUTINO	REFEIÇÃO	Macarronada ao Molho de Sardinha com legumes	Escondidinho de Mandioca com carne moída e queijo Arroz Feijão Salada Crua (Repolho com Tomate)	Peito de Frango em cubos com legumes Arroz Feijão Salada (Alface c/ Repolho e cenoura) Fruta
VESPERTINO	REFEIÇÃO	Macarronada ao Molho de Sardinha com legumes	Escondidinho de Mandioca com carne moída e queijo Arroz Feijão Salada Crua	Peito de Frango em cubos com legumes Arroz Feijão Salada Fruta	Carne Bovina em cubos Ensopada com legumes Arroz Feijão Polenta Taioba Refogada Salada Crua	Creme de Inhame com carne moída Arroz Feijão Salada Fruta

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição.

- Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (kcal)		CARBOIDRATO (g)		PROTEÍNA (g)		LIPÍDEOS (g)	
	457	139%	60	133%	16	200%	17	189%

Nutricionista RT: Thainá Maggione CRN: 18100074

Nutricionista QT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

PREFEITURA MUNICIPAL DE ECOPORANGA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
SETOR DE MERENDA ESCOLAR
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL E PRÉ-ESCOLA
FAIXA ETÁRIA: 4 A 10 anos

SEMANA 3	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA- FEIRA 24/06/2024	TERÇA-FEIRA 25/06/2024	QUARTA-FEIRA 26/06/2024	QUINTA-FEIRA 27/06/2024	SEXTA-FEIRA 28/06/2024
		REFEIÇÃO	Caldo de Aipim com carne moída	Feijão Tropeiro (feijão, farinha, linguicinha, couve, ovos, banana da terra e tempero verde) Arroz Salada (Vinagrete)	Canjicão (canjica branca, coco ralado, amendoim) Fruta	Carne Bovina em cubos Ensopada com Legumes Arroz Feijão Salada Crua (Repolho e Tomate)
REFEIÇÃO	Caldo de Aipim com carne moída	Feijão Tropeiro Arroz Salada (Vinagrete)	Canjicão (canjica branca, coco ralado, amendoim) Fruta	Carne Bovina em cubos Ensopada com Legumes Arroz Feijão Salada (Repolho e Tomate)	Molho à Bolonesa Macarronada ao alho e óleo Legumes cozidos Fruta	

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição.

- Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (kcal)		CARBOIDRATO (g)		PROTEÍNA (g)		LIPÍDEOS (g)	
	396	120%	56	124%	15	187%	13	144%

Nutricionista RT: Thainá Maggione CRN: 18100074

Nutricionista QT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

PREFEITURA MUNICIPAL DE ECOPORANGA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
SETOR DE MERENDA ESCOLAR
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL E PRÉ-ESCOLA
FAIXA ETÁRIA: 4 A 10 anos

SEMANA 4	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA- FEIRA 01/07/2024	TERÇA-FEIRA 02/07/2024	QUARTA-FEIRA 03/07/2024	QUINTA-FEIRA 04/07/2024	SEXTA-FEIRA 05/07/2024
		MATUTINO	REFEIÇÃO Canjiquinha com frango desfiado e Legumes Feijão Fruta	Carne Bovina em Cubos Ensopada com Legumes Arroz Feijão Salada (Repolho, Tomate e cenoura)	Coxa e Sobrecoxa Assada Arroz Feijão Salada (Alface c/ Repolho)	Arroz Maravilha (arroz, frango desfiado, cenoura ralada, colorau, banana da terra, tempero verde) Salada (Alface e tomate) Fruta
VESPERTINO	REFEIÇÃO Canjiquinha com frango desfiado e Legumes Feijão Fruta	Carne Bovina em Cubos Ensopada com Legumes Arroz Feijão Salada	Coxa e Sobrecoxa Assada Arroz Feijão Salada	Arroz Maravilha (arroz, frango desfiado, cenoura ralada, colorau, banana da terra, tempero verde) Salada Fruta	Farofa colorida Arroz Feijão Salada	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (kcal)		CARBOIDRATO (g)		PROTEÍNA (g)		LIPÍDEOS (g)	
	394	120%	53	118%	14	175%	14	155%

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição.
- Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.

Nutricionista RT: Thainá Maggione CRN: 18100074
Nutricionista QT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

PREFEITURA MUNICIPAL DE ECOPORANGA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA
SETOR DE MERENDA ESCOLAR
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL E PRÉ-ESCOLA
FAIXA ETÁRIA: 4 A 10 anos

Nutricionista RT: Thainá Maggione CRN: 18100074
Nutricionista QT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287