

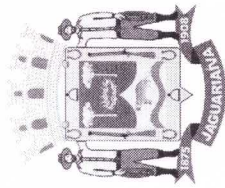
PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIANA
 Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
 Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
 CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -9441
 CNPJ 76.910.900/0001-38
 e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio da Escola Carlos Carneiro Sampaio (Outubro/24)

	2ª-feira – 30/09	3ª-feira – 01/10	4ª-feira – 02/10	5ª-feira – 03/10	6ª-feira – 04/10	Média Semanal
1ª SEMANA (Café da manhã) Almoço (Contra turno)	Mingau de amido com frutas	Torta de legumes Chá	Biscoito Café com Leite	Salada de Frutas	Mingau de amido com cacau	Calorias: 495Kcal Proteínas: 22g (18%) Carboidratos: 78g (62%) Lipídeos: 12g (21%) Sódio: 508mg
	Arroz/Feijão Carne picada com legumes	Macarrão com molho de carne moída Salada e Fruta	Polenta com molho de carne picada Salada e fruta	Arroz/Feijão Frango ensopado Salada	Arroz/Feijão Omelete de legumes Salada e fruta	
	Biscoito Leite com cacau	Risoto de frango com legumes Salada e Fruta	Arroz/ Feijão Kibe assado Salada	Quirera com carne suína Salada e Fruta	Bolo de mel Chá	
2ª SEMANA (Café da manhã) Almoço (Contra turno)	2ª-feira – 07/10	3ª-feira – 08/10	4ª-feira – 09/10	5ª-feira – 10/10	6ª-feira – 11/10	Média Semanal
	Biscoito Leite com Cacau	Pão com Margarina Chá	Mingau de amido com frutas	Salada de Frutas	Biscoito Vitamina de Frutas	Calorias: 503Kcal Proteínas: 25g (20%) Carboidratos: 76g (60%) Lipídeos: 12g (21%) Sódio: 519mg
	Arroz/Feijão Almondégas ao sugo Salada	Quirera com carne suína Salada e Fruta	Arroz/Feijão Filé de tilápia assado Salada	Arroz/Feijão Carne picada Salada	Macarrão com molho de frango Salada e Fruta	
Virado de legumes com PTS Refresco e salada	Arroz/ Feijão Carne picada com legumes Salada	Polenta cremosa com frango Salada e fruta	Canjica com Coco Fruta	X-Salada Refresco e picolé		
3ª SEMANA (Café da manhã) Almoço (Contra turno)	2ª-feira – 14/10	3ª-feira – 15/10	4ª-feira – 16/10	5ª-feira – 17/10	6ª-feira – 18/10	Média Semanal
	Biscoito Leite com Cacau	Biscoito Leite com Cacau	Salada de Frutas	Biscoito Vitamina de Frutas	Mingau de amido com frutas	Calorias: 526 Kcal Proteínas: 24g (18%) Carboidratos: 82g (62%) Lipídeos: 12g (20%) Sódio: 621mg
	Arroz/Feijão Omelete com legumes Salada	Arroz/Feijão Omelete com legumes Salada	Macarrão com molho de carne picada Salada e Fruta	Arroz/ Feijão Kibe assado Salada	Arroz/ Feijão Carne picada com legumes Salada	
Macarrão com molho de carne moída Salada e fruta	Macarrão com molho de carne moída Salada e fruta	Arroz/Feijão Frango ensopado Salada	Quirera com carne suína Salada e Fruta	Bolo de chocolate Café com leite		
FÉRIADO						

Isabel
Barbosa



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁ
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -9441
CNPJ 76.910.900/0001-38
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio da Escola Carlos Sampaio (Outubro/24)

	2ª-feira – 21/10	3ª-feira – 22/10	4ª-feira – 23/10	5ª-feira – 24/10	6ª-feira – 25/10	Média Semanal
4ª SEMANA (Café da manhã)	Mingau de amido com cacau	Bolo de fubá Chá	Biscoito Café com leite	Salada de Frutas	Mingau de amido com frutas	Calorias: 541Kcal Proteínas: 23g (17%) Carboidratos: 83g (61%) Lipídeos: 14g (23%) Sódio: 512mg
Almoço (Contra turno)	Arroz/Feijão Carne suína com legumes	Macarrão ao molho de frango e legumes Salada	Quirera com carne picada Salada e fruta	Arroz/Feijão Carne moída com legumes e fruta	Risoto de frango com legumes Salada	
Lanche manhã e tarde	Biscoito Vitamina de Frutas	Polenta com molho de carne picada Salada e fruta	Arroz/Feijão Filé de Tilápia assado Salada	Virado de feijão com couve e ovos Salada e Refresco	Pão com margarina Chá e Fruta	
5ª SEMANA (Café da manhã)	Biscoito Vitamina de Frutas	Pão com Margarina Chá	Mingau de amido com frutas	5ª-feira – 31/10 Torta salgada de frango Chá	6ª-feira – 01/11 Biscoito Leite com Cacau	Média Semanal Calorias: 514Kcal Proteínas: 21g (17%) Carboidratos: 81g (62%) Lipídeos: 12g (21%) Sódio: 659mg
Almoço (Contra turno)	Arroz/Feijão Almondegas ao sugo Salada	Arroz/Feijão Frango ensopado Salada	Macarrão com molho de carne moída Salada e fruta	Polenta com carne picada Salada e fruta	Arroz/Feijão Omelete com legumes Salada	
Lanche manhã e tarde	Sagu de leite Fruta	Risoto de carne com legumes Salada e Fruta	Arroz/Feijão Carne suína com legumes	Macarrão com molho de frango Salada	Bolo de laranja Chá	

Isam

Juliana Olivo de Sales
Nutricionista CRN8 – 1155/PR
Decreto nº 022/2020 de 27/01/2020

Izabelle

Izabelle Fiorentino de Oliveira
Nutricionista CRN8 - 13524/PR
Decreto nº 318/2024 de 20/03/2024