

PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁ
Secretaria Municipal de Educação e Cultura
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

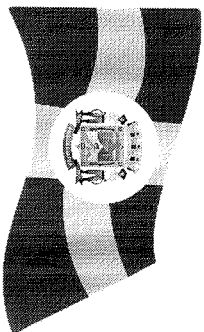


Cardápio da Escola Carlos Carneiro Sampaio (Setembro/25)

	2ª-feira – 01/09	3ª-feira – 02/09	4ª-feira – 03/09	5ª-feira – 04/09	6ª-feira – 05/09	Média Semanal
1ª SEMANA						
Lanche da manhã	Biscoito Leite com Cacau	Pão de queijo Chá	Torta de legumes Chá	Omelete com legumes Café com leite	Bolo de cenoura Chá	Calorias: 993kcal Proteínas: 33g (13%) Carboidratos: 158g (64%) Lipídeos: 28g (25%) Sódio: 1.240mg
Almoço	Arroz/Feijão Carne moída com legumes	Quirera de frango com legumes Salada	Arroz/Feijão Kibe assado com proteína de soja Salada	Arroz/Feijão Carne suína Salada	Arroz/Feijão Carne picada com legumes	
Lanche da tarde	Sagu de uva Fruta	Virado de feijão com couve e carne picada Refresco e fruta	Macarrão com molho de carne picada Salada e fruta	Polenta com molho de frango Salada e fruta	Salada de frutas	
	2ª-feira – 08/09	3ª-feira – 09/09	4ª-feira – 10/09	5ª-feira – 11/09	6ª-feira – 12/09	Média Semanal
2ª SEMANA						
Lanche da manhã	Biscoito Vitamina de frutas	Torta de cenoura com frango e chá	Biscoito de polvilho Chá	Bolo de abobrinha Chá	Pão de abóbora com requeijão e chá	Calorias: 991kcal Proteínas: 38g (15%) Carboidratos: 155g (63%) Lipídeos: 26g (23%) Sódio: 1.241mg
Almoço	Arroz/Feijão Stroganoff de frango Salada	Polenta com molho de carne picada Salada	Arroz/Feijão Carne moída com legumes	Risoto de picada com legumes Salada	Arroz/Feijão Filé de peixe assado Salada	
Lanche da tarde	Virado de legumes com ovos Refresco e fruta	Salada de frutas	Macarrão com molho de frango Salada e fruta	Quirera com carne suína Salada e fruta	Arroz doce Fruta	
	2ª-feira – 15/09	3ª-feira – 16/09	4ª-feira – 17/09	5ª-feira – 18/09	6ª-feira – 19/09	Média Semanal
3ª SEMANA						
Lanche da manhã		Biscoito Iogurte	Pão de queijo Chá	Omelete com legumes Café com leite	Bolo de fubá Chá	Calorias: 1.033kcal Proteínas: 34g (10%) Carboidratos: 170g (65%) Lipídeos: 27g (23%) Sódio: 1.160mg
Almoço	FERIADO	Arroz/Feijão Carne moída refogada Salada	Arroz/Feijão Carne picada com Legumes	Quirera com carne suína e legumes Salada	Arroz/Feijão Carne picada Salada	
Lanche da tarde		Virado de feijão com couve Refresco e fruta	Salada de frutas	Macarrão com molho de frango Salada e fruta	Mingau de amido com ameixa	

15/09

Assinado





PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁ
Secretaria Municipal de Educação e Cultura
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 (Setembro/25)

	2ª-feira – 22/09	3ª-feira – 23/09	4ª-feira – 24/09	5ª-feira – 25/09	6ª-feira – 26/09	Média Semanal
4ª SEMANA						
Lanche da manhã	Biscoito Leite com Cacau	Pão com ovo mexido Chá	Bolo de Laranja Chá	Biscoito de polvilho Chá	Pão de batata doce com margarina e chá	
Almoço	Arroz/Feijão Frango com legumes	Polenta com molho de carne picada Salada	Arroz/Feijão Filé de peixe assado Salada	Arroz/Feijão Carne suína Salada	Arroz/Feijão Almôndegas ao sugo Salada	Calorias: 1.007kcal Proteínas: 35g (14%) Carboidratos: 164g (65%) Lipídeos: 25g (22%) Sódio: 1.359mg
Lanche da tarde	Salada de frutas	Macarrão com molho de carne moída e proteína de soja Salada e fruta	Sagu de leite Fruta	Quirera com carne picada e legumes Salada e fruta	Virado de abóbora e couve Refresco e fruta	
	2ª-feira – 29/09	3ª-feira – 30/09	4ª-feira – 01/10	5ª-feira – 02/10	6ª-feira – 03/10	Média Semanal
5ª SEMANA						
Lanche da manhã	Biscoito Vitamina de frutas	Torta de legumes Chá	Pão de queijo Chá	Omelete com legumes Refresco	Bolo de chocolate Chá	
Almoço	Arroz/Feijão Carne picada Salada	Quirera com carne suína e legumes Salada	Arroz/Feijão Kibe assado Salada	Arroz/Feijão Frango ensopado Salada	Arroz/Feijão Carne picada com legumes	Calorias: 1.018kcal Proteínas: 37g (14%) Carboidratos: 158g (62%) Lipídeos: 29g (26%) Sódio: 1.259mg
Lanche da Tarde	Polenta com molho de carne moída Salada e fruta	Macarrão com molho de frango Salada e fruta	Canjica com coco Fruta	Virado de legumes com proteína de soja Refresco e fruta	Salada de frutas	


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


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