


PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARARI/VA
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 das Escolas Rurais (Maio/24)

	2 ^a -feira – 06/05	3 ^a -feira – 07/05	4 ^a -feira – 08/05	5 ^a -feira – 09/05	6 ^a -feira – 10/05	Média Semanal
1ª SEMANA	Virado de legumes refresco Macarrão ao molho Empanado de frango assado Salada	Bolo de milho Chá Arroz/ Feijão Carne moída com Legumes	Canjica com coco Fruita Risoto de frango com legumes Fruita	Biscoito de polvilho Café com leite Polenta cremosa com carne moída Salada e Fruita	Pão com margarina Chá e fruta Arroz/Feijão Carne picada Salada	Calorias: 526Kcal Proteína: 19g (15%) Carboidratos: 92g (69%) Lipídeos: 10g (18%) Sódio: 662mg
2ª SEMANA	2 ^a -feira – 13/05 Biscoito Vitamina de Frutas Arroz/Feijão Frango ensopado Salada	3 ^a -feira – 14/05 Torta salgada de legumes e chá Quirera com carne suína Salada	4 ^a -feira -15/05 Mingau de milho verde Arroz/Feijão Almondegas ao sugo Salada	5 ^a -feira – 16/05 Virado de feijão com couve e chá Sopa de Mandioca com carne picada Fruita	6 ^a -feira – 17/05 Bolo de fubá Café com leite Arroz/Feijão Omelete de legumes Salada e fruta	Média Semanal Calorias: 533Kcal Proteína: 21g (16%) Carboidratos: 88g (65%) Lipídeos: 12g (20%) Sódio: 706 mg
3ª SEMANA	2 ^a -feira – 20/05 Arroz doce com coco	3 ^a -feira – 21/05 Virado de abóbora com ovos e refresco Risoto de carne picada Salada	4 ^a -feira – 22/05 Biscoito Leite com Cacau	5 ^a -feira – 23/05 Pão com doce Chá	6 ^a -feira – 24/05 Biscoito de polvilho Chá	Média Semanal Calorias: 475Kcal Proteína: 17g (14%) Carboidratos: 79g (67%) Lipídeos: 10g (19%) Sódio: 703mg
4ª SEMANA	2 ^a -feira – 27/05 Biscoito Café com Leite Arroz/Feijão Carne picada com legumes	3 ^a -feira – 28/05 Pão com margarina Chá Arroz/Feijão Kibe assado e PTS Salada	4 ^a -feira – 29/05 Bolo de chocolate Chá	5 ^a -feira – 30/05 Arroz/Feijão Carne moída Salada	6 ^a -feira – 31/05 Macarrão com molho de frango Salada e fruta	Média Semanal Calorias: 548Kcal Proteína: 21g (15%) Carboidratos: 85g (62%) Lipídeos: 14g (23%) Sódio: 743mg


Juliane 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