



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÃVA
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 (Novembro/24)

	2ª-feira – 04/11	3ª-feira – 05/11	4ª-feira – 06/11	5ª-feira – 07/11	6ª-feira – 08/11	Média Semanal
1ª SEMANA	Mingau de alho com ovos	Torta de legumes Chá	Pão com Margarina Café com Leite	Virado de feijão com couve e refresco	Bolo de abobrinha Chá	Calorias: 550Kcal Proteínas: 21g (15%) Carboidratos: 89g (65%) Lipídeos: 13g (21%) Sódio: 586mg
	Arroz/Feijão Carne moída com legumes	Polenta cremosa com frango ensopado Salada	Arroz/Feijão Carne picada Salada	Macarrão com molho de carne moída Salada e fruta	Risoto de frango com legumes Salada e fruta	Média Semanal
	2ª-feira – 11/11	3ª-feira – 12/11	4ª-feira – 13/11	5ª-feira – 14/11	6ª-feira – 15/11	Calorias: 549Kcal Proteínas: 21g (15%) Carboidratos: 90g (65%) Lipídeos: 12g (20%) Sódio: 524mg
2ª SEMANA	Biscoito Vitamina de Frutas	Arroz doce com Coco	Biscoito de polvilho Chá	Bolo de mandioca Chá	FERIADO	Média Semanal
	Quirera com carne suína e legumes Salada	Arroz/Feijão Almondégas com proteína de soja ao sugo Salada	Risoto de carne picada com legumes Salada e fruta	Arroz/Feijão Frango ensopado Salada e fruta		
	2ª-feira – 18/11	3ª-feira – 19/11	4ª-feira – 20/11	5ª-feira – 21/11	6ª-feira – 22/11	Calorias: 565Kcal Proteínas: 21g (14%) Carboidratos: 93g (65%) Lipídeos: 13g (20%) Sódio: 580mg
3ª SEMANA	Biscoito Leite com Cacau	Virado de feijão com ovos e refresco		Pão com Margarina Chá	Bolo de cenoura Chá	Média Semanal
	Arroz/Feijão Omelete de Legumes Salada	Macarrão com carne picada Salada e fruta	RECESSO	Polenta cremosa com carne moída Salada e fruta	Arroz/Feijão <i>Stroganoff de Frango</i> Salada	
	2ª-feira – 25/11	3ª-feira – 26/11	4ª-feira – 27/11	5ª-feira – 28/11	6ª-feira – 29/11	Calorias: 458Kcal Proteínas: 20g (17%) Carboidratos: 76g (65%) Lipídeos: 9g (18%) Sódio: 578mg
4ª SEMANA	Mingau de alho com ovos	Sagu de Uva	Pão de queijo Café com Leite	Biscoito Vitamina de Frutas	Bolo de chocolate Chá	Média Semanal
	Risoto de frango com legumes Salada	Arroz/Feijão Filé de Tilápia Assado Salada	Quirera com carne picada Salada e fruta	Arroz/Feijão Carne moída com proteína de soja Salada	Macarrão com frango Salada e fruta	

Juliana

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

Izabelle