



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARAI/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/25)

	2ª-feira – 05/05	3ª-feira – 06/05	4ª-feira – 07/05	5ª-feira – 08/05	6ª-feira – 09/05	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito	Virado de legumes	Pão com margarina	Omelete com legumes	Bolo de feijão	Calorias: 490kcal Proteína: 20g (16%) Carboidratos: 75g (62%) Lipídeos: 13g (23%) Sódio: 610mg
	Logurte	Chá	Chá	Café com leite	Chá	
	Arroz/Feijão	Quirera com carne suína	Arroz/Feijão	Macarrão com molho de	Risoto de carne picada	
	Carne Moída com legumes	Salada	Filé de peixe assado	frango	Salada e fruta	
2ª SEMANA	2ª-feira – 12/05	3ª-feira – 13/05	4ª-feira – 14/05	5ª-feira – 15/05	6ª-feira – 16/05	Calorias: 530kcal Proteína: 21g (15%) Carboidratos: 85g (64%) Lipídeos: 13g (22%) Sódio: 626mg
	Biscoito	Arroz doce	Bolo de abobrinha	Virado de feijão com	Pão com requeijão	
	Vitamina de frutas		Chá	ovos e Chá	Chá e fruta	
	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Polenta com carne	Arroz/Feijão	Canja de frango com	
	Carne suína com legumes	Frango ensopado	moída	Carne picada	legumes	
	Salada	Salada	Salada	Salada e fruta	Salada	
3ª SEMANA	2ª-feira – 19/05	3ª-feira – 20/05	4ª-feira – 21/05	5ª-feira – 22/05	6ª-feira – 23/05	Calorias: 449kcal Proteína: 19g (17%) Carboidratos: 72g (64%) Lipídeos: 10g (20%) Sódio: 578mg
	Virado de abóbora	Canjica com coco	Omelete de legumes	Bolo de laranja	Pão com doce	
	Chá		Café com leite	Chá	Chá	
	Macarrão com molho de	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Risoto de frango com	Quirera com carne suína	
	carne moída com	Filé de peixe assado	Carne picada	legumes	Salada e fruta	
	proteína de soja	Salada	Salada	Salada e fruta	Salada e fruta	
	Salada					
4ª SEMANA	2ª-feira – 26/05	3ª-feira – 27/05	4ª-feira – 28/05	5ª-feira – 29/05	6ª-feira – 30/05	Calorias: 489kcal Proteína: 20g (16%) Carboidratos: 77g (63%) Lipídeos: 12g (22%) Sódio: 745mg
	Biscoito	Mingau de alho com	Torta de legumes	Virado de feijão com	Pão de queijo	
	Leite com Cacau	ovos	Chá	couve e Chá	Chá e fruta	
	Sopa de mandioca com	Arroz/ feijão	Polenta com frango	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	
	carne picada e arroz	Carne suína com legumes	Salada	Kibe assado com	Frango ensopado	
				proteína de soja	Salada	
				Salada e fruta		

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