



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÃ
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 (Junho/24)

	2ª-feira – 03/06	3ª-feira – 04/06	4ª-feira – 05/06	5ª-feira – 06/06	6ª-feira – 07/06	Média Semanal
1ª SEMANA	Virado de legumes com ovos e refresco Macarrão com molho de carne moída Salada	Biscoito de polvilho Café com leite Arroz/Feijão Empanado de frango Salada	Canjica com coco Fruta Arroz/ Feijão Carne picada com Legumes	Bolo de chocolate Chá Quirera com suína Salada e Fruta	Pão com margarina Chá e fruta Arroz/Feijão Frango ensopado Salada e fruta	Calorias: 524Kcal Proteína: 17g (13%) Carboidratos: 87g (66%) Lipídeos: 13g (23%) Sódio: 701mg Média Semanal
2ª SEMANA	Biscoito Chá e fermentado Arroz/Feijão Carne moída com proteína de soja Salada	3ª-feira – 11/06 Mingau de milho verde Arroz/Feijão Carne Suína Salada	4ª-feira – 12/06 Torta salgada de frango e chá Sopa de mandioca com carne picada e arroz e fruta	5ª-feira – 13/06 Virado de feijão com couve e refresco Macarrão com molho de linguiça Salada e Fruta	6ª-feira – 14/06 Bolo de fubá com goiabada Café com leite Arroz/Feijão Frango com legumes	Calorias: 548Kcal Proteína: 21g (14%) Carboidratos: 96g (64%) Lipídeos: 16g (24%) Sódio: 782mg Média Semanal
3ª SEMANA	Biscoito Vitamina de frutas Arroz/Feijão Frango ensopado Salada	3ª-feira – 18/06 Bolo de abobrinha Chá Quirera com carne picada Salada	4ª-feira – 19/06 Sagu de uva Fruta Arroz/ Feijão Carne suína com legumes	5ª-feira – 20/06 Virado de abóbora com ovos e refresco Arroz/Feijão Kibe assado Salada	6ª-feira – 21/06 Pão com molho de carne picada Chá e fruta Arroz/Feijão Omelete com Legumes Salada	Calorias: 508Kcal Proteína: 17g (13%) Carboidratos: 83g (66%) Lipídeos: 12g (22%) Sódio: 666mg Média Semanal
4ª SEMANA	Virado de legumes refresco Macarrão com molho de carne moída Salada	3ª-feira – 25/06 Biscoito de polvilho Chá Arroz/Feijão Carne picada com legumes	4ª-feira – 26/06 Pão com doce Chá Polenta cremosa com molho de frango Salada e fruta	5ª-feira – 27/06 Bolo de abóbora c/ coco Café com leite Sopa de feijão com legumes e proteína de soja e fruta	6ª-feira – 28/06 Mingau de alho Arroz/Feijão Carne suína Salada	Calorias: 481Kcal Proteína: 15g (13%) Carboidratos: 82g (68%) Lipídeos: 11g (21%) Sódio: 743mg Média Semanal

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 20/03/2024p

Juliana

Izabelle