



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Manual de Orientação para Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
01/10/2018	SEG	Macarrão com carne moída + salada disponível (AF)
02/10/2018	TER	Pão francês com margarina + Chá
03/10/2018	QUA	Galinhada + salada disponível (AF)
04/10/2018	QUI	Leite com achocolatado + biscoito (salgado/doce)
05/10/2018	SEX	Arroz + feijão c/ linguiça + salada disponível (AF)

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
08/10/2018	SEG	Macarrão com carne moída + salada disponível (AF)
09/10/2018	TER	Cachorro quente + Suco de frutas (polpa)
10/10/2018	QUA	Arroz + carne suína + Salada disponível (AF)
11/10/2018	QUI	FERIADO
12/10/2018	SEX	

Composição Nutricional – Média de consumo quinzenal										
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)
435,5	74,8	16,7	7,9	4,32	32,68	12,88	59,66	2,26	57,76	2,4

Notas: CHO: Carboidrato; PTN: Proteína; LIP: Lipídeos; Ca: Cálcio; Fe: Ferro; Mg: Magnésio; Zn: Zinco.

Observação: Cardápio para Ensino Fundamental matutino, vespertino e EJA noturno, horário da merenda, 09:30, 15:30 e 20:30 respectivamente.

Independente do horário ou turno o cardápio deve ser seguido para todo o Ensino Fundamental e EJA.

Tatiana Ferreira
Nutricionista RT
CRN3 - 43505



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Manual de Orientação para Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
15/10/2018	SEG	NÃO LETIVO
16/10/2018	TER	Pão francês com margarina + chá
17/10/2018	QUA	Galinhada + salada disponível (AF)
18/10/2018	QUI	Bebida láctea + Biscoito salgado
19/10/2018	SEX	Arroz + carne de panela com mandioca + Fruta disponível

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
22/10/2018	SEG	Galinhada + salada disponível (AF)
23/10/2018	TER	Pão francês com carne moída
24/10/2018	QUA	Arroz + Feijão + omelete com legumes
25/10/2018	QUI	Canjica ou arroz doce (conforme disponibilidade)
26/10/2018	SEX	Arroz com linguiça + salada disponível (AF) + Fruta disponível

Composição Nutricional – Média de consumo quinzenal										
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)
528,38	76,56	15,34	6,74	4,42	33,2	19,78	58,86	2,26	59,64	2,26

Notas: CHO: Carboidrato; PTN: Proteína; LIP: Lipídeos; Ca: Cálcio; Fe: Ferro; Mg: Magnésio; Zn: Zinco; Na: Sódio.

Observação: O tipo da refeição (lanche da manhã/lanche da tarde/janta) e o horário da refeição (matutino/vespertino/noturno) varia de acordo com o turno do aluno e a rotina da escola.

Independente do horário ou turno o cardápio deve ser seguido para todo o Ensino Fundamental e EJA.

Tatiana Ferreira
Nutricionista RT
CRN3 - 43505



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Manual de Orientação para Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
29/10/2018	SEG	Macarrão com carne moída
30/10/2018	TER	Pão francês com margarina + suco (polpa)
31/10/2018	QUA	Arroz + feijão c/ linguiça + salada disponível (AF)
01/11/2018	QUI	Bebida láctea + Biscoito salgado
02/11/2018	SEX	FERIADO

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
05/11/2018	SEG	Macarrão com carne moída + salada disponível (AF)
06/11/2018	TER	Pão francês com margarina + chá
07/11/2018	QUA	Arroz + feijão + farofa com ovos e legumes
08/11/2018	QUI	Leite com achocolatado + Biscoito salgado
09/11/2018	SEX	Arroz + carne de panela com mandioca + fruta disponível

Composição Nutricional – Média de consumo quinzenal										
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)
435,5	74,8	16,7	7,9	4,32	32,68	12,88	59,66	2,26	57,76	2,4

Notas: CHO: Carboidrato; PTN: Proteína; LIP: Lipídeos; Ca: Cálcio; Fe: Ferro; Mg: Magnésio; Zn: Zinco.

Observação: O tipo da refeição (lanche da manhã/lanche da tarde/janta) e o horário da refeição (matutino/vespertino/noturno) varia de acordo com o turno do aluno e a rotina da escola.

Independente do horário ou turno o cardápio deve ser seguido para todo o Ensino Fundamental e EJA.

Tatiana Ferreira
Nutricionista RT
CRN3 - 43505



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Manual de Orientação para Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
12/11/2018	SEG	Arroz + carne de panela + salada disponível (AF)
13/11/2018	TER	Pão francês com carne moída + Suco de polpa
14/11/2018	QUA	Galinhada + Salada disponível (AF)
15/11/2018	QUI	FERIADO
16/11/2018	SEX	

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
19/11/2018	SEG	Arroz + Feijão com linguiça + Salada disponível (AF)
20/11/2018	TER	Pão francês com margarina + suco (polpa)
21/11/2018	QUA	Arroz + carne suína + Salada disponível (AF)
22/11/2018	QUI	Bebida láctea + Biscoito salgado
23/11/2018	SEX	Arroz + carne de panela com mandioca + fruta disponível

Composição Nutricional – Média de consumo quinzenal										
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Fibras (g)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)
528,38	76,56	15,34	6,74	4,42	33,2	19,78	58,86	2,26	59,64	2,26

Notas: CHO: Carboidrato; PTN: Proteína; LIP: Lipídeos; Ca: Cálcio; Fe: Ferro; Mg: Magnésio; Zn: Zinco.

Observação: Cardápio para Ensino Fundamental matutino, vespertino e EJA noturno, horário da merenda, 09:30, 15:30 e 20:30 respectivamente.

Independente do horário ou turno o cardápio deve ser seguido para todo o Ensino Fundamental e EJA.

Tatiana Ferreira
Nutricionista RT
CRN3 - 43505



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Manual de Orientação para Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
26/11/2018	SEG	Macarrão com carne moída
27/11/2018	TER	Pão francês com margarina + chá
28/11/2018	QUA	Galinhada + Salada disponível (AF)
29/11/2018	QUI	Canjica ou arroz doce (conforme disponibilidade) + Fruta disponível
30/11/2018	SEX	Arroz + Feijão + Carne de panela

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
03/12/2018	SEG	Galinhada + Salada disponível (AF)
04/12/2018	TER	Pão francês com margarina + Suco de polpa
05/12/2018	QUA	Arroz + Feijão + carne de panela + Salada disponível (AF)
06/12/2018	QUI	Bebida láctea + Biscoito (doce ou salgado)
07/12/2018	SEX	Macarrão com carne moída + Fruta disponível

Cardápio – Ensino Fundamental/EJA		
10/12/2018	SEG	Arroz + omelete com legumes + Salada disponível (AF)
11/12/2018	TER	Cachorro quente + Suco de frutas (polpa)
12/12/2018	QUA	Arroz + carne de panela com mandioca
13/12/2018	QUI	Leite com achocolatado + Biscoito doce
14/12/2018	SEX	Arroz + feijão c/ linguiça + fruta disponível

Observação: O tipo da refeição (lanche da manhã/lanche da tarde/janta) e o horário da refeição (matutino/vespertino/noturno) varia de acordo com o turno do aluno e a rotina da escola.

Independente do horário ou turno o cardápio deve ser seguido para todo o Ensino Fundamental e EJA.

Tatiana Ferreira
Nutricionista RT
CRN3 - 43505