



Alimentação Escolar

Município de Campina da Lagoa/PR

Ensino Fundamental (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
1ª semana	01/06	02/06	03/06	04/06	05/06
Desjejum 08:00	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite	Pão c/ requeijão Leite	FERIADO	RECESSO
Almoço 10:00	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/legume	Carne bovina ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume		
Lanche 12:00 e 17:00	Fruta	Fruta	Fruta		
Jantar 15:00	Arroz com frango e legumes Salada/Legume	Carne suína Canjiquinha Salada/Legume	Carne moída ao molho Polenta Salada/Legume		
2ª semana	08/06	09/06	10/06	11/06	12/06
Desjejum 08:00	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite	Pão c/ requeijão Leite	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite
Almoço 10:00	Omelete Arroz e feijão Salada/legume	Carne bovina ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Coxa e sob. assada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00 e 17:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00	Vaca Atolada Salada/Legume	Canja de frango Salada/Legume	Sopa de macarrão c/ carne bovina Salada/Legume	Frango ao molho Polenta Salada/Legume	Carne suína Canjiquinha Salada/Legume
3ª semana	15/06	16/06	17/06	18/06	19/06
Desjejum 08:00	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite	Pão c/ requeijão Leite	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite
Almoço 10:00	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Quibe assado Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00 e 17:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00	Carne suína Canjiquinha Salada/Legume	Sopa de macarrão com carne bovina Salada/Legume	Frango ao molho Polenta Salada/Legume	Carne moída Macarrão Salada/Legume	Arroz com frango e legumes Salada/Legume
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO					
As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverá ser usado durante a semana. Evitar desperdício de Alimentos					



Camila Cristina Slusarski
Nutricionista
CRN8/12585





Alimentação Escolar

Município de Campina da Lagoa/PR

Ensino Fundamental (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
4ª semana	22/06	23/06	24/06	25/06	26/06
Desjejum 08:00	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite	Pão c/ requeijão Leite	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite
Almoço 10:00	Omelete Arroz e feijão Salada/legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Coxa e sobrecoxa assada Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00 e 17:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00	Carne moída Polenta Salada/Legume	Arroz com frango e legumes Salada/Legume	Sopa de macarrão com carne bovina Salada/Legume	Carne suína Canjiquinha Salada/Legume	Vaca atolada Salada/Legume
5ª semana	29/06	30/06	01/07	02/07	03/07
Desjejum 08:00	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite	Pão c/ requeijão Leite	Pão c/ requeijão Leite	Torta de carne Leite
Almoço 10:00	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Filé de tilápia ao molho Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00 e 17:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00	Canja de frango Salada/Legume	Sopa de macarrão com carne bovina Salada/Legume	Carne suína Canjiquinha Salada/Legume	Frango ao molho Polenta Salada/Legume	Carne moída ao molho Macarrão Salada/Legume

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO

As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverá ser usado durante a semana.
Evitar desperdício de alimentos.

Composição Nutricional						
Semana	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Na (mg)	Faixa etária
1ª	1157,62	186	46	27	1002,75	6 a 10 anos
2ª	1155,27	183	47	29	982,63	
3ª	1150,68	181	47	28	979,47	
4ª	1157,65	188	46	26	999,12	
5ª	1153,26	182	43	30	982,94	
Semana	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Na (mg)	Faixa etária
1ª	1662,99	268	65	36	1355,25	>11 anos
2ª	1658,31	265	65	40	1305,57	
3ª	1654,74	261	65	38	1298,29	
4ª	1663,17	269	67	35	1340,08	
5ª	1656,21	264	64	42	1311,12	

"Alimentação saudável para um futuro melhor."



Camila Cristina Slusarski
Nutricionista
CRN8/12585

