



Alimentação Escolar

Município de Campina da Lagoa/PR

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

Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
1ª semana	06/07	07/07	08/07	09/07	10/07
Lanche 08:00/13:00/18:00	Bolacha Integral Chá	Fruta	Pão c/ manteiga Chá	Fruta	Fruta
Almoço/Jantar 10:00/15:00/20:00	Omelete Arroz e feijão Salada/legume	Frango ao molho Polenta Salada/Legume	Carne bovina ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Canjiquinha Salada/Legume	Pão francês com carne moída Suco de uva integral ou quentão falso
2ª semana	13/07	14/07	15/07	16/07	17/07
-	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
3ª semana	20/07	21/07	22/07	23/07	24/07
Lanche 08:00/13:00/18:00	RECESSO	ESTUDO E PLANEJAMENTO	ESTUDO E PLANEJAMENTO	Pão c/ requeijão Chá	Fruta
Almoço/Jantar 10:00/15:00/20:00				Carne moída ao molho Macarrão Salada/Legume	Vaca atolada Arroz e feijão Salada/Legume
4ª semana	27/07	28/07	29/07	30/07	31/07
Lanche 08:00/13:00/18:00	Bolacha Integral Chá	Fruta	Pão c/ requeijão Chá	Fruta	Fruta
Almoço/Jantar 10:00/15:00/20:00	Omelete Arroz e feijão Salada/legume	Sopa de carne bovina c/ macarrão Salada/Legume	Coxa e sob. assada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Arroz colorido com carne moída 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	509,65	83	20	12	561,83	6 a 10 anos
2ª	-	-	-	-	-	
3ª	493,72	81	21	10	546,20	
4ª	493,21	80	19	09	506,18	
Semana	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Na (mg)	Faixa etária
1ª	715,82	113	29	17	772,80	>11 anos
2ª	-	-	-	-	-	
3ª	711,25	108	33	15	743,20	
4ª	710,56	114	30	14	727,94	
“Alimentação saudável para um futuro melhor.”						



Camila Cristina Slusarski
Nutricionista
CRN8/12585

