



**Alimentação Escolar**  
**Município de Campina da Lagoa – Pr**  
**ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)**

| Refeição                      | 2ª Feira 02/03                                              | 3ª Feira 03/03                                           | 4ª Feira 04/03                                               | 5ª Feira 05/03                                              | 6ª Feira 06/03                                          |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08:00 | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau      | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau  | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau     |
| <b>Almoço</b><br>10:00        | Omelete<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume                  | Carne bovina ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume | Coxa e sobrecoxa assada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume   | Carne moída ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume     | Carne suína refogada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume |
| <b>Lanche</b><br>12:00        | Fruta                                                       | Fruta                                                    | Fruta                                                        | Fruta                                                       | Fruta                                                   |
| <b>Jantar</b><br>15:00        | Carne suína refogada<br>Canjiquinha<br>Salada/Legume        | Arroz com frango<br>Salada/Legume                        | Sopa de macarrão com carne bovina e legumes<br>Salada/Legume | Frango ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume          | Vaca atolada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume         |
| <b>Lanche</b><br>16:30        | Fruta                                                       | Fruta                                                    | Fruta                                                        | Fruta                                                       | Fruta                                                   |

**Nota:** As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

**Evitar desperdício de alimentos.**

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

Camila Cristina Slusarski  
Nutricionista  
CR8-12585





**Alimentação Escolar**  
**Município de Campina da Lagoa – Pr**  
**ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)**

| Refeição                      | 2ª Feira 09/03                                          | 3ª Feira 10/03                                      | 4ª Feira 11/03                                              | 5ª Feira 12/03                                              | 6ª Feira 13/03                                          |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08:00 | Bolacha<br>Leite puro ou com cacau                      | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau     |
| <b>Almoço</b><br>10:00        | Carne moída ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume | Frango ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume  | Carne bovina ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume    | Carne suína refogada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume     | Omelete<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume              |
| <b>Lanche</b><br>12:00        | Fruta                                                   | Fruta                                               | Fruta                                                       | Salada de fruta                                             | Fruta                                                   |
| <b>Jantar</b><br>15:00        | Arroz com frango e legumes<br>Salada/Legume             | Vaca atolada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume     | Carne moída ao molho<br>Macarrão<br>Salada/Legume           | Frango ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume          | Carne suína refogada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume |
| <b>Lanche</b><br>16:30        | Fruta                                                   | Fruta                                               | Fruta                                                       | Fruta                                                       | Fruta                                                   |

**Nota:** As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

**Evitar desperdício de alimentos.**

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

Camila Cristina Slusarski  
Nutricionista  
CR8-12585





**Alimentação Escolar**  
**Município de Campina da Lagoa – Pr**  
**ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)**

| Refeição                      | 2ª Feira 16/03                             | 3ª Feira 17/03                                           | 4ª Feira 18/03                                                       | 5ª Feira 19/03                                              | 6ª Feira 20/03                                          |
|-------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08:00 | Bolacha<br>Leite puro ou com cacau         | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau      | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau          | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau     |
| <b>Almoço</b><br>10:00        | Omelete<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume | Carne bovina ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume | Coxa e sobrecoxa assada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume           | Carne suína refogada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume     | Carne moída ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume |
| <b>Lanche</b><br>12:00        | Fruta                                      | Fruta                                                    | Fruta                                                                | Salada de fruta                                             | Fruta                                                   |
| <b>Jantar</b><br>15:00        | Vaca atolada<br>Salada/Legume              | Canja (frango, arroz, batata e legumes)<br>Salada/Legume | Carne bovina ao molho com legumes<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume | Frango ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume          | Carne suína refogada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume |
| <b>Lanche</b><br>16:30        | Fruta                                      | Fruta                                                    | Fruta                                                                | Fruta                                                       | Fruta                                                   |

**Nota:** As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

**Evitar desperdício de alimentos.**

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

Camila Cristina Slusarski  
Nutricionista  
CR8-12585





**Alimentação Escolar**  
**Município de Campina da Lagoa – Pr**  
**ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)**

| Refeição                      | 2ª Feira 23/03                                           | 3ª Feira 24/03                                          | 4ª Feira 25/03                                              | 5ª Feira 26/03                                                       | 6ª Feira 27/03                                              |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08:00 | Bolacha<br>Leite puro ou com cacau                       | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau     | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau | Pão puro ou c/ requeijão caseiro<br>Leite puro ou com cacau          | Torta de carne e legumes<br>Leite puro ou com cacau         |
| <b>Almoço</b><br>10:00        | Carne moída ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume  | Carne suína refogada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume | Frango ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume          | Carne bovina ao molho com legumes<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume | Filé de tilápia ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume |
| <b>Lanche</b><br>12:00        | Fruta                                                    | Fruta                                                   | Fruta                                                       | Fruta                                                                | Fruta                                                       |
| <b>Jantar</b><br>15:00        | Canja (frango, arroz, batata e legumes)<br>Salada/Legume | Vaca atolada<br>Salada/Legume                           | Carne suína refogada<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume     | Frango ao molho<br>Arroz e feijão<br>Salada/Legume                   | Carne moída ao molho<br>Macarrão<br>Salada/Legume           |
| <b>Lanche</b><br>16:30        | Fruta                                                    | Fruta                                                   | Fruta                                                       | Fruta                                                                | Fruta                                                       |

**Nota:** As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

**Evitar desperdício de alimentos.**

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

Camila Cristina Slusarski  
Nutricionista  
CR8-12585





**Alimentação Escolar**  
**Município de Campina da Lagoa – Pr**  
**ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)**

| Composição Nutricional Semanal            |                   |            |            |            |            |
|-------------------------------------------|-------------------|------------|------------|------------|------------|
| Composição Nutricional<br>(6 a 10 anos)   | Energia<br>(Kcal) | CHO<br>(g) | PTN<br>(g) | LPD<br>(g) | Na<br>(mg) |
| 1ª sem.                                   | 1.152,13          | 180        | 46         | 33         | 997,37     |
| 2ª sem.                                   | 1.153,07          | 187        | 48         | 26         | 1014,77    |
| 3ª sem.                                   | 1.147,10          | 180        | 45         | 32         | 992,41     |
| 4ª sem.                                   | 1.154,56          | 184        | 45         | 32         | 989,93     |
| Composição Nutricional<br>(11 anos acima) | Energia<br>(Kcal) | CHO<br>(g) | PTN<br>(g) | LPD<br>(g) | Na<br>(mg) |
| 1ª sem.                                   | 1.653,51          | 262        | 65         | 42         | 1325,10    |
| 2ª sem.                                   | 1.654,87          | 266        | 65         | 36         | 1387,12    |
| 3ª sem.                                   | 1.648,12          | 262        | 65         | 43         | 1322,46    |
| 4ª sem.                                   | 1.656,21          | 265        | 64         | 43         | 1318,86    |

Camila Cristina Slusarski  
Nutricionista  
CR8-12585

