



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO SETEMBRO 2024

Semana 1	Segunda-feira 02/09/24	Terça-feira 03/09/24	Quarta-feira 04/09/24	Quinta-feira 05/09/24	Sexta-feira 06/09/24
CAFÉ	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Pão com doce de leite Chá mate Manga	Pão com doce de leite Chá mate Manga	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Cuca caseira Café com leite Maçã
ALMOÇO	Macarronada com Frango em molho Repolho	Arroz e feijão Picadinho em molho Alface Cenoura	Arroz e feijão Picadinho em molho Alface Cenoura	Macarronada com Frango em molho Repolho	Farofa com carne moída Arroz e Feijão Tomate
LANCHE	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Pão com doce de leite Chá mate Manga	Pão com doce de leite Chá mate Manga	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Cuca caseira Café com leite Maçã

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
1424	45g – 13%	40g – 24%	225g – 63%



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO SETEMBRO 2024

Semana 2	Segunda-feira 09/09/24	Terça-feira 10/09/24	Quarta-feira 11/09/24	Quinta-feira 12/09/24	Sexta-feira 13/09/24
CAFÉ	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Café com leite Banana	Torta de frango Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Chá mate Banana
ALMOÇO	Polenta Frango em molho Repolho Cenoura	Polenta Frango em molho Repolho Cenoura	Farofa com carne moída Arroz e Feijão Tomate	Arroz/Feijão Picadinho bovino em molho Beterraba Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Alface
LANCHE	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Café com leite Banana	Torta de frango Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Chá mate Banana

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
1306	50g – 16%	35g – 24%	190g – 60%



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO SETEMBRO 2024

Semana 3	Segunda-feira 16/09/24	Terça-feira 17/09/24	Quarta-feira 18/09/24	Quinta-feira 19/09/24	Sexta-feira 20/09/24
L	Bolacha caseira Chá (com pouco açúcar) Laranja	Pão com molho de carne moída Café com leite Manga	logurte de frutas Banana	logurte de frutas Banana	Pão com molho de carne moída Café com leite Maçã
A	Picadinho em molho com batatinha Arroz/Feijão Alface	Picadinho em molho com batatinha Arroz/Feijão Alface	Frango com molho Polenta Cenoura cozida Repolho	Frango com molho Polenta Cenoura cozida Repolho	Macarronada com carne moída Tomate Alface
M	Bolacha caseira Chá (com pouco açúcar) Laranja	Pão com molho de carne moída Café com leite Manga	logurte de frutas Banana	logurte de frutas Banana	Pão com molho de carne moída Café com leite Maçã

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
1397	61g – 20%	32g – 20%	190g – 60%



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO SETEMBRO 2024

Semana 4	Segunda-feira 23/09/24	Terça-feira 24/09/24	Quarta-feira 25/09/24	Quinta-feira 26/09/24	Sexta-feira 27/09/24
CAFÉ	Pão com doce de leite Chá mate Banana	Bolacha caseira Café com leite Maçã	Cuca caseira Café com leite Maçã	Pão com doce de leite Chá mate Banana	Bolo simples (sem cobertura) Chá mate Melão
ALMOÇO	Frango com quirera Arroz Beterraba cozida Alface	Farofa com carne moída Arroz e Feijão Tomate	Farofa com carne moída Arroz e Feijão Tomate	Frango com quirera Arroz Beterraba cozida Alface	Picadinho em molho Mandioca Repolho Beterraba
LANCHE	Pão com doce de leite Chá mate Banana	Bolacha caseira Café com leite Maçã	Cuca caseira Café com leite Maçã	Pão com doce de leite Chá mate Banana	Bolo simples (sem cobertura) Chá mate Melão

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
1435	51g – 15%	27g – 23%	218g – 62%



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO SETEMBRO 2024

Semana 5	Segunda-feira 30/09/24	Terça-feira 01/10/24	Quarta-feira 02/10/24	Quinta-feira 03/10/24	Sexta-feira 04/10/24
CAFÉ	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Café com leite Banana	Bolacha de fubá Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Chá mate Banana
ALMOÇO	Polenta Frango em molho Repolho Cenoura	Polenta Frango em molho Repolho Cenoura	Sopa de frango com: Arroz, batata, cenoura e abobrinha	Arroz/Feijão Picadinho bovino em molho Beterraba Alface	Arroz/Feijão Picadinho bovino em molho Beterraba Alface
LANCHE	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Café com leite Banana	Bolacha de fubá Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Chá mate Melão	Bolo simples Chá mate Banana

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
1349	48g – 17%	31g – 26%	204g – 57%



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

OBSERVAÇÕES:

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Santos Nutricionista CRN 8/12752