



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

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO OUTUBRO 2024

Semana 1	Segunda-feira 07/10/24	Terça-feira 08/10/24	Quarta-feira 09/10/24	Quinta-feira 10/10/24	Sexta-feira 11/10/24
CAFÉ	Ovo mexido com pão Chá mate Laranja	Bolo simples Suco de melão (natural) Banana	Bolo simples Suco de melão (natural) Banana	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)
ALMOÇO	Polenta Frango em molho Repolho Cenoura	Polenta Frango em molho Repolho Cenoura	Macarronada com Carne moída Couve flor	Arroz/Feijão Carne bovina assada Beterraba Alface	Arroz/Feijão Carne bovina assada Beterraba Alface
LANCHE	Ovo mexido com pão Chá mate Laranja	Bolo simples Suco de melão (natural) Banana	Bolo simples Suco de melão (natural) Banana	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)	Cachorro quente (Em comemoração dia da criança) Suco de melão (fruta)

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
1438	46g – 15%	31g – 24%	204g – 61%



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

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO OUTUBRO 2024

Semana 2	Segunda-feira 14/10/24	Terça-feira 15/10/24	Quarta-feira 16/10/24	Quinta-feira 17/10/24	Sexta-feira 18/10/24
L	RECESSO ESCOLAR	Pão com molho de carne moída Café com leite Mamão	logurte de frutas Banana	logurte de frutas Banana	Pão com molho de carne moída Café com leite Melancia
A		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		Pão com molho de carne moída Café com leite Mamão	logurte de frutas Banana	logurte de frutas Banana	Pão com molho de carne moída Café com leite Melancia

<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 OUTUBRO 2024

Semana 3	Segunda-feira 21/10/24	Terça-feira 22/10/24	Quarta-feira 23/10/24	Quinta-feira 24/10/24	Sexta-feira 25/10/24
CAFÉ	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Manga	Bolo simples Café com leite Banana	Torta de frango Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Manga	Bolo simples (sem cobertura) Chá mate Banana
ALMOÇO	Polenta Frango em molho Repolho Cenoura	Panqueca de carne moída Tomate Couve flor	Panqueca de carne moída Tomate Couve flor	Arroz/Feijão Picadinho bovino em molho Beterraba Alface	Risoto de frango Beterraba cozida Alface
LANCHE	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Manga	Bolo simples Café com leite Banana	Torta de frango Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Manga	Bolo simples (sem cobertura) 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 OUTUBRO 2024

Semana 4	Segunda-feira 28/10/24	Terça-feira 29/10/24	Quarta-feira 30/10/24	Quinta-feira 31/10/24	Sexta-feira 01/11/24
CAFÉ	Bolacha de fubá Café com leite Banana	Pão com doce de leite Suco de melão (natural) Maçã	Pão com doce de leite Suco de melão (natural) Melancia	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 Suco de melão (natural) Maçã	Pão com doce de leite Suco de melão (natural) Melancia	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

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