



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

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO DEZEMBRO 2024

Semana 1	Segunda-feira 02/12/24	Terça-feira 03/12/24	Quarta-feira 04/12/24	Quinta-feira 05/12/24	Sexta-feira 06/12/24
CAFÉ	Ovo mexido com pão Chá mate Maçã	Bolo simples Suco de abacaxi (natural) Mamão	Bolo simples Suco de abacaxi (natural) Mamão	Sanduíche: Pão francês Queijo/Presunto Café com leite Pêssego	Sanduíche: Pão francês Queijo/Presunto Café com leite Pêssego
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 Maçã	Bolo simples Suco de abacaxi (natural) Mamão	Bolo simples Suco de abacaxi (natural) Mamão	Sanduíche: Pão francês Queijo/Presunto Café com leite Pêssego	Sanduíche: Pão francês Queijo/Presunto Café com leite Pêssego

<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 DEZEMBRO 2024

Semana 2	Segunda-feira 09/12/24	Terça-feira 10/12/24	Quarta-feira 11/12/24	Quinta-feira 12/12/24	Sexta-feira 13/12/24
L	Cuca caseira Café com leite Melancia	Pão com molho de carne moída Café com leite Pêssego	logurte de frutas Mamão	logurte de frutas Mamão	Pão com molho de carne moída Café com leite Pêssego
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	Cuca caseira Café com leite Melancia	Pão com molho de carne moída Café com leite Pêssego	logurte de frutas Mamão	logurte de frutas Mamão	Pão com molho de carne moída Café com leite Pêssego

<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

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