



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

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO MARÇO 2025

Semana 1	Segunda-feira 03/03/25	Terça-feira 04/03/25	Quarta-feira 05/03/25	Quinta-feira 06/03/25	Sexta-feira 07/03/25
CAFÉ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Pão com doce de leite Café com leite Mamão	Pão com doce de leite Café com leite Maçã
ALMOÇO				Arroz/Feijão Carne bovina assada Beterraba Alface	Arroz/Feijão Carne bovina assada Beterraba Alface
LANCHE				Pão com doce de leite Café com leite Mamão	Pão com doce de leite Café com leite Maçã

<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 MARÇO 2025

Semana 2	Segunda-feira 10/03/25	Terça-feira 11/03/25	Quarta-feira 12/03/25	Quinta-feira 13/03/25	Sexta-feira 14/03/25
L	Ovo mexido com pão Chá mate Laranja	Pão com molho de carne moída Café com leite Laranja	logurte de frutas Maçã	logurte de frutas Maçã	Pão com molho de carne moída Café com leite Pêssego
A	Arroz/Feijão Carne bovina assada Beterraba Alface	Arroz/Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Carne moída em molho Polenta Cenoura cozida Repolho	Carne moída em molho Polenta Cenoura cozida Repolho	Macarronada com carne moída Tomate Alface
M	Ovo mexido com pão Chá mate Laranja	Pão com molho de carne moída Café com leite Laranja	logurte de frutas Maçã	logurte de frutas Maçã	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

CARDÁPIO PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZ DO FUTURO MARÇO 2025

Semana 3	Segunda-feira 17/03/25	Terça-feira 18/03/25	Quarta-feira 19/03/25	Quinta-feira 20/03/25	Sexta-feira 21/03/25
CAFÉ	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Mamão	Bolo simples (sem cobertura) Café com leite Mamão	Torta de frango Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Laranja	Bolo simples (sem cobertura) Chá mate Laranja
ALMOÇO	Polenta Picadinho em molho Repolho Cenoura	Panqueca de carne moída Tomate Couve flor	Panqueca de carne moída Tomate Couve flor	Arroz/Feijão Carne suína crocante Beterraba Alface	Macarrão Picadinho bovino em molho Beterraba cozida Alface
LANCHE	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Mamão	Bolo simples (sem cobertura) Café com leite Mamão	Torta de frango Café com leite Maçã	Ovo mexido com pão Suco de abacaxi (natural) Laranja	Bolo simples (sem cobertura) Chá mate Laranja

<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 MARÇO 2025

Semana 4	Segunda-feira 24/03/25	Terça-feira 25/03/25	Quarta-feira 26/03/25	Quinta-feira 27/03/25	Sexta-feira 28/03/25
CAFÉ	Bolacha de fubá Café com leite Mamão	Pão com doce de leite Café com leite Maçã	Pão com doce de leite Café com leite Laranja	Bolacha de fubá Café com leite Mamão	Cuca caseira Café com leite Maçã
ALMOÇO	Macarronada com Carne moída em molho Repolho	Arroz e feijão Picadinho em molho Alface Cenoura	Arroz e feijão Picadinho em molho Alface Cenoura	Macarronada com Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz e Feijão Tomate
LANCHE	Bolacha de fubá Café com leite Mamão	Pão com doce de leite Café com leite Maçã	Pão com doce de leite Café com leite Laranja	Bolacha de fubá Café com leite Mamão	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 Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752