



MUNICÍPIO DE NOVA ESPERANÇA DO SUDOESTE

Estado do Paraná



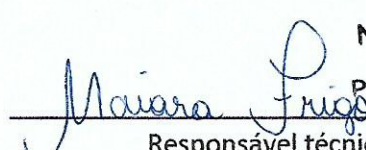
CARDÁPIO SETEMBRO 2021

Cardápio Alimentação Escolar - Pré Escola e Ensino Fundamental Anos Iniciais

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06/09/2021 RECESSO ESCOLAR	07/09/2021 FERIADO	08/09/2021 Cuca (160) Achocolatado (195) Fruta (70) Total 415 kcal	09/09/2021 Polenta (153) Carne suína (160) Salada (12) Óleo ½ cs 39,5 Total 364,6 kcal	10/09/2021 Macarrão (125,5) Carne moída (89,3) Salada (12) Óleo ½ cs 39,5 Total: 266,3 kcal
13/09/2021 Pão (150) Margarina (74) Achocolatado (195) Total 419 kcal	14/09/2021 Risoto (270,75) Salada (12) Óleo ½ cs (39,5) Total 322,15 kcal	15/09/2021 Biscoito doce (150) Fruta (70) Café com leite (60) Total 280 kcal	16/09/2021 Macarrone (250) Salada (12) Óleo (39,5) Total 301,5 kcal	17/09/2021 Arroz (179) Carne picada (124) Farofa de legumes (100) Total 403 kcal
20/09/2021 Cuca (160) Café com leite (146) Fruta (80) Total 386 kcal	21/09/2021 Arroz (179) Feijão (80) Carne picada (124) Salada: (12) Óleo – ½ cs (39,5) Total: 434,5 kcal	22/09/2021 Polenta (153) Carne suína (160) Salada (12) Óleo ½ cs 39,5 Total 364,6 kcal	23/09/2021 Biscoito salgado (150) Achocolatado (270) Fruta (80) Total 500 kcal	24/09/2021 Pão (150) Carne moída (150) Total 300 kcal
27/09/2021 Pão (150) Doce de fruta (115) Achocolatado (270) Total 535 kcal	28/09/2021 Macarrão (125,5) Carne moída (89,3) Salada (12) Óleo ½ cs 39,5 Total: 266,3 kcal	29/09/2021 Biscoito doce (135) Iogurte (185) Fruta (80) Total 400 kcal	30/09/2021 Risoto (270,75) Salada (12) Batata doce (100) Óleo ½ cs (39,5) Total 422 kcal	01/10/2021 Torta salgada (200) Fruta (80) Total 280 kcal

Fonte: tabela de Composição Química dos Alimentos – Guilherme Franco 9ª edição.

Obs: Cardápio sujeito a alterações se necessário


Maiara Frigo
Nutricionista
Portaria 078/2019
Responsável técnica: Maiara Frigo
CRN: 11073