



MUNICÍPIO DE NOVA ESPERANÇA DO SUDOESTE

Estado do Paraná



Cardápio Alimentação Escolar/ Março 2026 - Pré Escola e Ensino Fundamental Anos Iniciais

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
02/03/2026 Pão Doce de leite Café com leite Banana	03/03/2026 Polenta Carne suína Beterraba Repolho	04/03/2026 Bolacha caseira Suco Natural ¹ Caqui	05/03/2026 Arroz cozido Feijão preto cozido Coxa e sobrecoxa com cenoura Alface	06/03/2026 Macarrão Carne moída Abobrinha refogada Pepino
Média Semanal	KCAL 383,6	Carboidrato 59g – 62%	Proteína 14g – 14%	Lipídeos 11g – 26%
09/03/2026 Cuca Suco natural ¹ Maçã	10/03/2026 Risoto com legumes Brócolis Tomate	11/03/2026 Torta gelada de pão com frango e cenoura Café com leite Banana	12/03/2026 Arroz cozido Feijão carioca cozido Farofa de carne moída com legumes Alface	13/03/2026 Canjiquinha Carne suína Abobrinha refogada Repolho
Média Semanal	KCAL 413,1	Carboidrato 57g – 55%	Proteína 16g – 16%	Lipídeos 14g – 29%
16/03/2026 Pão Doce de fruta Café com leite Caqui	17/03/2026 Polenta Carne bovina refogada Pepino	18/03/2026 Bolacha salgada Leite batido com morango Bergamota	19/03/2026 Arroz cozido Feijão preto cozido Coxa e sobrecoxa Repolho	20/03/2026 Arroz cozido Feijão carioca cozido Carne suína com abóbora Alface
Média Semanal	KCAL 413,5	Carboidrato 68g – 64%	Proteína 13g – 13%	Lipídeos 11g – 24%
23/03/2026 Bolacha caseira Café com leite Ameixa	24/03/2026 Arroz cozido Feijão carioca cozido Coxa e sobrecoxa com cenoura Alface	25/03/2026 Pão Carne moída Suco Natural ¹ Banana	26/03/2026 Arroz cozido Feijão preto cozido Carne bovina refogada Brócolis	27/03/2026 Macarrão Carne moída Couve refogada Tomate
Média Semanal	KCAL 353,1	Carboidrato 52g – 59%	Proteína 12g – 14%	Lipídeos 11g – 28%

¹Bergamota, laranja ou maracujá.

*Para alunos que necessitam de alimentação especial, serão servidas opções similares de acordo com a necessidade individual.

Nutricionista Luana Carolina Portela Lopes
CRN8: 16539