



Alimentação Escolar
Município de Campina da Lagoa – Pr
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Refeição	2ª Feira 29/09	3ª Feira 30/09	4ª Feira 01/10	5ª Feira 02/10	6ª Feira 03/10
Café da manhã 08:00	Bolacha Leite puro ou com cacau	Torta de carne e legumes Chá	FERIADO	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Bolo c/ cacau em pó Chá
Almoço 10:00	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume		Carne bovina ao molho com legumes Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00	Fruta	Fruta		Fruta	Fruta
Jantar 15:00	Arroz com frango e legumes Salada/Legume	Carne bovina ao molho Polenta Salada/Legume		Carne moída refogada Macarrão Salada/Legume	Carne suína refogada Canjiquinha Salada/Legume
Lanche 16:30	Fruta	Fruta		Fruta	Fruta

Nota: As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

Evitar desperdício de alimentos.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO

Camila Cristina Slusarski
 Nutricionista
 CR8-12585





Alimentação Escolar
Município de Campina da Lagoa – Pr
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Refeição	2ª Feira 06/10	3ª Feira 07/10	4ª Feira 08/10	5ª Feira 09/10	6ª Feira 10/10
Café da manhã 08:00	Bolacha Leite puro ou com cacau	Torta de carne e legumes Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Torta de carne e legumes Leite puro ou com cacau
Almoço 10:00	Omelete Arroz e feijão Salada/Legume	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho com legumes Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00	Fruta	Fruta	Fruta	Salada de fruta	Fruta
Jantar 15:00	Vaca atolada Salada/Legume	Canja (frango, arroz, batata e legumes) Salada/Legume	Sopa de macarrão com carne bovina e legumes Salada/Legume	Frango ao molho Polenta Salada/Legume	Esfirra de carne moída Suco de polpa
Lanche 16:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Nota: As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

Evitar desperdício de alimentos.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO

Camila Cristina Slusarski
 Nutricionista
 CR8-12585





Alimentação Escolar
Município de Campina da Lagoa – Pr
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Refeição	2ª Feira 13/10	3ª Feira 14/10	4ª Feira 15/10	5ª Feira 16/10	6ª Feira 17/10
Café da manhã 08:00	RECESSO	Torta de carne e legumes Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Bolo c/ cacau em pó Leite puro ou com cacau
Almoço 10:00		Omelete Arroz e feijão Salada/Legume	Coxa e sobrecoxa assada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho com legumes Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00		Frango ao molho Polenta Salada/Legume	Vaca atolada Salada/Legume	Carne moída refogada Macarrão Salada/Legume	Carne suína refogada Canjiquinha Salada/Legume
Lanche 16:30		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Nota: As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

Evitar desperdício de alimentos.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO

Camila Cristina Slusarski
 Nutricionista
 CR8-12585





Alimentação Escolar
Município de Campina da Lagoa – Pr
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Refeição	2ª Feira 20/10	3ª Feira 21/10	4ª Feira 22/10	5ª Feira 23/10	6ª Feira 24/10
Café da manhã 08:00	Bolacha Leite puro ou com cacau	Torta de carne e legumes Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Torta de carne e legumes Leite puro ou com cacau
Almoço 10:00	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho com legumes Arroz e feijão Salada/Legume	Filé de tilápia ao molho Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00	Canja (frango, arroz, batata e legumes) Salada/Legume	Sopa de macarrão com carne bovina e legumes Salada/Legume	Carne suína refogada Canjiquinha Salada/Legume	Frango ao molho Polenta Salada/Legume	Carne moída ao molho Macarrão Salada/Legume
Lanche 16:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Nota: As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

Evitar desperdício de alimentos.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO

Camila Cristina Slusarski
Nutricionista
CR8-12585





Alimentação Escolar
Município de Campina da Lagoa – Pr
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Refeição	2ª Feira 27/10	3ª Feira 28/10	4ª Feira 29/10	5ª Feira 30/10	6ª Feira 31/10
Café da manhã 08:00	Bolacha Leite puro ou com cacau	Torta de carne e legumes Chá	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ requeijão caseiro Leite puro ou com cacau	Bolo c/ cacau em pó Chá
Almoço 10:00	Omelete Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho com legumes Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00	Arroz com frango e legumes Salada/Legume	Carne moída ao molho Polenta Salada/Legume	Vaca atolada Salada/Legume	Carne moída refogada Macarrão Salada/Legume	Carne suína refogada Canjiquinha Salada/Legume
Lanche 16:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta

Nota: As frutas, legumes e verduras serão enviados de acordo com a disponibilidade e deverão ser usadas durante a semana.

Evitar desperdício de alimentos.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO

Camila Cristina Slusarski
Nutricionista
CR8-12585





Alimentação Escolar
Município de Campina da Lagoa – Pr
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 a 10 anos) (acima de 11 anos)

Composição Nutricional Semanal					
Composição Nutricional (6 a 10 anos)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Na (mg)
1ª sem.	1.145,12	185	43	32	995,11
2ª sem.	1.152,93	180	45	32	988,95
3ª sem.	1.151,74	184	43	31	1002,19
4ª sem.	1.147,20	183	43	31	991,51
5ª sem.	1.149,03	185	40	30	996,27
Composição Nutricional (11 anos acima)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Na (mg)
1ª sem.	1.644,37	267	61	43	1362,12
2ª sem.	1.654,73	264	64	43	1325,32
3ª sem.	1.653,48	266	61	42	1389,86
4ª sem.	1.656,96	262	61	42	1344,70
5ª sem.	1.650,58	267	59	41	1372,25

Camila Cristina Slusarski
Nutricionista
CR8-12585

