



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

Refeição	2 ^a Feira 03/11	3 ^a Feira 04/11	4 ^a Feira 05/11	5 ^a Feira 06/11	6 ^a Feira 07/11
Café da manhã 08:00	RECESSO	FERIADO	Pão puro ou c/ queijo caseiro Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ queijo 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 bovina ao molho com legumes Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume
Lanche 12:00			Fruta	Fruta	Fruta
Jantar 15:00			Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne moída refogada Macarrão Salada/Legume
Lanche 16:30			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 10/11	3ª Feira 11/11	4ª Feira 12/11	5ª Feira 13/11	6ª Feira 14/11
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/ queijão caseiro Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ queijão 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 bovina ao molho 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	Salada de fruta	Fruta
Jantar 15:00	Vaca atolada Salada/Legume	Canja (frango, arroz, batata e legumes) Salada/Legume	Carne bovina ao molho com legumes Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão 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 17/11	3ª Feira 18/11	4ª Feira 19/11	5ª Feira 20/11	6ª Feira 21/11
Café da manhã 08:00	Pão puro ou c/ requeijão caseiro 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		
Almoço 10:00	Carne moída ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Carne bovina ao molho Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão Salada/Legume		
Lanche 12:00	Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO	RECESSO
Jantar 15:00	Arroz com frango e legumes Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Carne moída refogada Macarrão Salada/Legume		
Lanche 16:30	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 24/11	3ª Feira 25/11	4ª Feira 26/11	5ª Feira 27/11	6ª Feira 28/11
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/ queijo caseiro Leite puro ou com cacau	Pão puro ou c/ queijo 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	Vaca atolada Salada/Legume	Carne suína refogada Arroz e feijão Salada/Legume	Frango ao molho Arroz e feijão 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)

Composição Nutricional Semanal					
Composição Nutricional (6 a 10 anos)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Na (mg)
1 ^a sem.	1.152,97	185	39	31	1015,18
2 ^a sem.	1.147,10	180	45	32	992,41
3 ^a sem.	1.150,18	182	43	31	1004,78
4 ^a sem.	1.154,56	184	45	32	989,93

Composição Nutricional (11 anos acima)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Na (mg)
1 ^a sem.	1.654,87	267	60	42	1388,96
2 ^a sem.	1.648,12	262	65	43	1322,46
3 ^a sem.	1.652,63	264	62	42	1379,51
4 ^a sem.	1.656,21	265	64	43	1318,86

Camila Cristina Slusarski
Nutricionista
CR8-12585

