

**PREFEITURA MUNICIPAL DE SABÁUDIA**

Praça da Bandeira, 47 - CEP. 86720-000 - Sabáudia - PR
CNPJ/MF 76.958.974/0001-44. FONE (43) 3151 - 1122

CARDÁPIO MERENDA ESCOLAR MUNICIPAL. 1º AO 5º ANO MODALIDADE INTEGRAL –
Período: 24 de Junho até 02 de Agosto de 2024

| 24/06/24 até 28/06/24 | SEGUNDA – FEIRA 24/06 | TERÇA – FEIRA 25/06 | QUARTA – FEIRA 26/06 | QUINTA – FEIRA 27/06 | SEXTA – FEIRA 28/06 |
|--|--|--|---|--|---|
| Desjejum 07h15 | Pão ou Bolachinha chá ou leite com cacau | pão com margarina leite com cacau | Pão com requeijão chá | Bolacha leite com cacau | Bolacha chá fruta |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha de leite Leite com cacau. | fruta | Fruta | Fruta leite com cacau | bisnaguinha chá |
| ALMOÇO | Arroz e feijão preto Farofão: Carne em tiras com Farofa, linguiça de frango, cenoura ralada, milho, abobrinha ralada Salada de folhas | Arroz e feijão estrogonofe de frango abobrinha e chuchu refogado salada de folhas com tomate | Arroz feijão Carne em tiras refogada Canjiquinha quirela cozida com legumes salada de repolho | Arroz e Feijão omelete assado com brócolis e cenoura batata doce cozida Salada de folhas com pepino | Arroz e feijão carne moída cozida enxuta com pimentão amarelo e vermelho mandioca cozida salada de couve |
| LANCHE DA TARDE | Pão caseiro com margarina Suco de maracujá | Pão francês com requeijão leite com cacau | Torta salgada de legumes vitamina de leite batido com polpa de morango, banana e aveia | pão integral com margarina Suco de tangerina | Canjica com amendoim e coco fruta |
| Média Calórica diária | Calorias 1000 kcal | Carboidratos 163 g | Proteínas 28g | Lipideos 25,5g | 70% das necessidades diárias; FNDE |
| Alunos que vão embora após as 17h30: fornecer um lanche: pão, fruta, bolachinha, vitamina, leite com cacau | | | | | |

Maria Carolina L. N. Chiappin
Nutricionista CRN8 8136
Responsável Técnico Merenda Escolar Municipal
Decreto nº12/2017 Sabáudia

**PREFEITURA MUNICIPAL DE SABÁUDIA**

Praça da Bandeira, 47 - CEP. 86720-000 - Sabáudia - PR
CNPJ/MF 76.958.974/0001-44. FONE (43) 3151 - 1122

CARDÁPIO MERENDA ESCOLAR MUNICIPAL. 1º AO 5º ANO MODALIDADE INTEGRAL –
Período: 24 de Junho até 02 de Agosto de 2024

| 01/0724 até 05/07/24 | SEGUNDA – FEIRA 01/07 | TERÇA – FEIRA 02/07 | QUARTA – FEIRA 03/07 | QUINTA – FEIRA 04/07 | SEXTA – FEIRA 05/07 |
|----------------------------------|--|--|--|---|---|
| Desjejum 07h15 | Pão ou Bolachinha chá ou leite com cacau | Bolacha leite com cacau | pão caseiro fruta chá | Pão com margarina chá | Bolacha fruta leite com cacau |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha Rosquinha de chocolate Leite com cacau. | iogurte | fruta | fruta | fruta |
| ALMOÇO | arroz macarrão espaguete coim molho de tomate e carne moida | Arroz e feijão preto pernil cozido acebolado farofa temperada com legumes e linguiça de frango salada de folhas com tomate | arroz e feijão coxa de frango assada batata assada com orégano salada de folhas com tomate e pepino | Arroz e feijão -carne moída cozida ao molho de tomate -Polenta -Salada de repolho | Arroz temperado com frango desfiado, pimentão colorido, seleta (deixar úmido com o caldo do frango) Salada de folhas com pepino |
| LANCHE DA TARDE | pão caseiro com requeijão leite com cacau | mingau de chocolate (cacau) fruta | pão integral com queijo branco Suco | Sopa de macarrão com legumes e frango | bolo de chocolate com cobertura simples (leite cacau açúcar e margarina) suco natural de laranja ou maracujá |
| Média Calórica diária | Calorias | Carboidratos | Proteínas | Lipídeos | 70% das necessidades diárias; FNDE |
| | 1002kcal | 165 g | 29g | 24g | |

Alunos que vão embora após as 17h30: fornecer um pequeno lanche: pão, ou fruta, bolachinha, vitamina

Maria Carolina L. N. Chiappin
Nutricionista CRN8 8136
Responsável Técnico Merenda Escolar Municipal
Decreto nº12/2017 Sabáudia

**PREFEITURA MUNICIPAL DE SABÁUDIA**Praça da Bandeira, 47 - CEP. 86720-000 - Sabáudia – PR
CNPJ/MF 76.958.974/0001-44. FONE (43) 3151 – 1122**CARDÁPIO MERENDA ESCOLAR MUNICIPAL. 1º AO 5º ANO MODALIDADE INTEGRAL –
Período: 24 de Junho até 02 de Agosto de 2024**

| 08/07/24 ATÉ 12/07/24 | SEGUNDA – FEIRA 08/07 início férias escolares | TERÇA – FEIRA 09/07 férias escolares | QUARTA – FEIRA 10/07 férias escolares | QUINTA – FEIRA 11/07 férias escolares | SEXTA – FEIRA 12/07 férias escolares |
|----------------------------------|---|---|---|--|---|
| Desjejum 07h15 | Pão ou Bolachinha chá ou leite com cacau | Pão caseiro leite com cacau | Bolacha fruta leite com cacau | Pão caseiro leite com cacau | Bolo de laranja chá |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha de leite Leite com cacau | fruta | fruta | fruta | fruta |
| ALMOÇO | Arroz e feijão Polenta peito de frango em tirinhas salada | Arroz e feijão filé sassame empanado assado creme de milho Salada de folhas com tomate e cenoura | Arroz macarrão espaguete com molho de tomate e carne moida salada | Arroz e feijão estrogonofe de carne batata assada salada com tomate e pepino;. | arroz e feijão filé de Coxa de frango assado cuscuz de legumes com ovos salada |
| LANCHE DA TARDE | Pão caseiro com margarina leite com cacau | Arroz temperado com legumes frango e farofa; | Pão francês com carne moida suco de acerola | Bolo de laranja chá fruta | Pão integral com margarina leite batido com Banana e polpa de morango |
| Média calórica diária | Calorias | Carboidratos | Proteínas | Lipídeos | 70% das necessidades diárias; FNDE |
| | 1005 kcal | 163,5g | 29g | 25g | |

Alunos que vão embora após as 17h30: fornecer um pequeno lanche: pão, ou fruta, bolachinha, vitamina

Maria Carolina L. N. Chiappin
Nutricionista CRN8 8136
Responsável Técnico Merenda Escolar Municipal
Decreto nº12/2017 Sabáudia

**PREFEITURA MUNICIPAL DE SABÁUDIA**Praça da Bandeira, 47 - CEP. 86720-000 - Sabáudia – PR
CNPJ/MF 76.958.974/0001-44. FONE (43) 3151 – 1122**CARDÁPIO MERENDA ESCOLAR MUNICIPAL. 1º AO 5º ANO MODALIDADE INTEGRAL –
Período: 24 de Junho até 02 de Agosto de 2024**

| 15/07/24 ATÉ 19/07/24 | SEGUNDA – FEIRA 15/07 férias escolares | TERÇA – FEIRA 16/07 férias escolares | QUARTA – FEIRA 17/07 férias escolares | QUINTA – FEIRA 18/07 férias escolares | SEXTA – FEIRA 19/07 férias escolares |
|--------------------------------------|---|---|--|--|--|
| Desjejum 07h15 | Pão ou Bolachinha chá | Pão caseiro fruta chá | Bolacha caseira do produtor leite com cacau | bisnaguinha com margarina leite com cacau | bisnaguinha ou bolacha leite com cacau |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha de leite chá | iogurte | fruta | fruta | fruta |
| ALMOÇO | Arroz e Feijão preto Farofa Colorida misturada com legumes, tiras de carne, linguiça Salada | Arroz e feijão Escondidinho de mandioca com carne moída ao molho de tomate. Salada de folhas tomate e pepino | Arroz feijão filé de coxa de frango assada Purê de batata Salada | Arroz feijão carne tiras acebolada Cabotia cozida com cheiro verde Salada com tomate e pepino | Arroz feijão peito de frango picadinho com brócolis e couve flor e cenoura Salada de repolho |
| LANCHE DA TARDE | Pão caseiro com margarina leite com cacau | torta de sardinha com legumes suco de laranja integral fruta | Pão integral com requeijão Leite batido com polpa de morango | Sopa de macarrão com legumes e carne | Pão francês com frango suco de maracujá |
| Média Calórica diária | Calorias | Carboidratos | Proteínas | Lipídeos | 70% das necessidades diárias; FNDE |
| | 1008 kcal | 166,5g | 30g | 24g | |

Alunos que vão embora após as 17h30: fornecer um pequeno lanche: pão, ou fruta, bolachinha, vitamina

Maria Carolina L. N. Chiappin
Nutricionista CRN8 8136
Responsável Técnico Merenda Escolar Municipal
Decreto nº12/2017 Sabáudia

**PREFEITURA MUNICIPAL DE SABÁUDIA**Praça da Bandeira, 47 - CEP. 86720-000 - Sabáudia – PR
CNPJ/MF 76.958.974/0001-44. FONE (43) 3151 – 1122**CARDÁPIO MERENDA ESCOLAR MUNICIPAL. 1º AO 5º ANO MODALIDADE INTEGRAL –
Período: 24 de Junho até 02 de Agosto de 2024**

| 22/07/24 26/07/24 até | SEGUNDA – FEIRA 22/07 férias escolares | TERÇA – FEIRA 23/07 férias escolares | QUARTA – FEIRA 24/07 férias escolares | QUINTA – FEIRA 25/07 Retorno das aulas | SEXTA – FEIRA 26/07 |
|--|---|--|--|--|---|
| Desjejum 07h15 | Pão ou Bolachinha chá ou leite com cacau | Bolacha leite com cacau | pão fruta chá | Pão com margarina chá | Bolacha leite com cacau |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha Rosquinha coco Leite com chocolate. | fruta | fruta | Fruta | fruta |
| ALMOÇO | Arroz feijão Carne moída ao molho Polenta Salada | Arroz feijão Pernil cozido e refogado acebolado Batata cozida Farofa simples com legumes Salada de folhas cenoura | Arroz feijão peito de frango cozido canjiquinha com linguiça e legumes. Salada de folhas cenoura | arroz Macarrão espaguete com carne moída e molho de tomate Salada com tomate e pepino | Arroz temperado com legumes, linguiça, carne moída e farofa salada de couve com vinagrete |
| LANCHE DA TARDE | Pão caseiro com requeijão chá com cravo e canela | Pão francês com ovos mexidos Suco de maracujá | pipoca leite com cacau fruta | pão integral com requeijão leite com cacau | macarrão parafuso com molho de tomate e peito de frango desfiado/picadinho com legumes |
| Média Calórica diária | Calorias | Carboidratos | Proteínas | Lipídeos | 70% das necessidades diárias; FNDE |
| | 1006kcal | 165 g | 28,5g | 25g | |
| Alunos que vão embora após as 17h30: fornecer um pequeno lanche: pão, ou fruta, bolachinha, vitamina | | | | | |

Maria Carolina L. N. Chiappin
Nutricionista CRN8 8136
Responsável Técnico Merenda Escolar Municipal
Decreto nº12/2017 Sabáudia

**PREFEITURA MUNICIPAL DE SABÁUDIA**Praça da Bandeira, 47 - CEP. 86720-000 - Sabáudia – PR
CNPJ/MF 76.958.974/0001-44. FONE (43) 3151 – 1122**CARDÁPIO MERENDA ESCOLAR MUNICIPAL. 1º AO 5º ANO MODALIDADE INTEGRAL –
Período: 24 de Junho até 02 de Agosto de 2024**

| 29/07/24 até 02/08/24 | SEGUNDA – FEIRA 29/07 | TERÇA – FEIRA 30/07 | QUARTA – FEIRA 31/07 | QUINTA – FEIRA 01/08 | SEXTA – FEIRA 02/08 |
|--|--|---|--|--|---|
| Desjejum 07h15 | Pão ou Bolachinha chá ou leite com cacau | Pão leite com cacau | Bolachinha fruta chá | Pão com margarina chá | Pão leite com cacau |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha de leite Leite com cacau. | iogurte | bisnaguinha chá | fruta | fruta |
| ALMOÇO | Arroz e feijão preto Farofão: Carne em tiras com Farofa, linguiça de frango, cenoura ralada, milho, abobrinha ralada Salada de folhas | Arroz e feijão frango em tirinhas ao molho polenta salada de folhas com tomate | Arroz feijão Carne moída refogada com brócolis, couve flor e cenoura salada de repolho | Arroz e Feijão Estrogonofe de Frango Batata sotê com orégano Salada de couve tomate e pepino | Arroz macarrão parafuso com molho de tomate e peito de frango picado/desfiado salada |
| LANCHE DA TARDE | Pão caseiro com margarina leite com cacau | torta de frango com legumes suco de maracujá e fruta | Mingau de chocolate (cacau) fruta | Pão integral com queijo branco leite com cacau | Pão francês com carne moída Suco de tangerina |
| Média Calórica diária | Calorias 1003 kcal | Carboidratos 164 g | Proteínas 28,5g | Lípideos 25g | 70% das necessidades diárias; FNDE |
| Alunos que vão embora após as 17h30: fornecer um lanche: pão, fruta, bolachinha, vitamina, leite com cacau | | | | | |

Maria Carolina L. N. Chiappin
Nutricionista CRN8 8136
Responsável Técnico Merenda Escolar Municipal
Decreto nº12/2017 Sabáudia