

NUTRIÇÃO

Cardápio Semanal

Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

Cruzeiro do Sul - PR

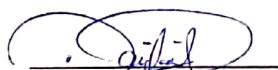
Ref. 04/2023 - 20% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
03/04/2023	04/04/2023	05/04/2023	06/04/2023	07/04/2023
Arroz, Feijão Ovos Mexidos Batata e Cenoura	Arroz Feijão Frango ao molho Salada de repolho	Cachorro Quente Suco de Maracujá	Macarrão com linguiça Alface e Tomate	<u>FERIADO</u>
Energia: 329,11 kcal	Energia: 329,19 kcal	Energia: 329,97 kcal	Energia: 329,75 kcal	Sexta-Feira Santa
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,50	51	16	6
Média Semanal 11-15 e EJA	473,97	83	21	5

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
10/04/2023	11/04/2023	12/04/2023	13/04/2023	14/04/2023
Arroz, Feijão, Ovos cozidos - abobrinha, Batata	Arroz Feijão Farofa com linguiça legumes	Sopa de macarrão com carne moída e legumes	Arroz Feijão Frango ao molho Banana	Arroz Feijão Filé de Tilápia ao molho com batata
Energia: 329,11 kcal	Energia: 329,09 kcal	Energia: 329,60 kcal	Energia: 329,75 kcal	Energia: 329,66 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,44	51	15	6
Média Semanal 11-15 e EJA	473,48	83	20	6

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
17/04/2023	18/04/2023	19/04/2023	20/04/2023	21/04/2023
Arroz, Feijão Ovos Mexidos Batata e Cenoura	Macarrão com carne moída Alface e Tomate	Arroz Feijão Frango ao molho Suco	Arroz Feijão Carne ao molho Salada de Alface	<u>FERIADO</u>
Energia: 329,56 kcal	Energia: 329,69 kcal	Energia: 329,45 kcal	Energia: 329,69 kcal	Tiradentes
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,59	55	17	4
Média Semanal 11-15 e EJA	473,31	85	21	5

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
24/04/2023	25/04/2023	26/04/2023	27/04/2023	28/04/2023
Arroz, Feijão, Ovos cozidos - abobrinha, cenoura	Arroz Feijão Carne suína Mandioca Banana	Macarrão com linguiça Alface e Tomate Maçã	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de Alface	Polenta Frango ao molho Suco de maracujá
Energia: 329,56 kcal	Energia: 329,41 kcal	Energia: 329,75 kcal	Energia: 329,45 kcal	Energia: 329,15 kcal
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	329,46	55	15	5
Média Semanal 11-15 e EJA	473,48	83	20	6


Daniell C. de Santi
 Nutricionista - RT
 CRN8. 7407



Cardápio sujeito a alterações!!!