



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
SALGADO FILHO - PR
Nutricionista Karina Baldo CRN8 - 6683



Escola Municipal Professora Jaci Maria Lopes
Cardápio: Março/2020

1ª Semana (02 a 06/03)

Dia da Semana	Café da manhã (07:30h)	Lanche (10:00 h)	Almoço (12:00h)	Lanche da tarde (15:00h)
2ª feira	Pão fatiado com doce de fruta e chá	Risoto e salada	Arroz, lentilha, carne suína e salada	Biscoito salgado, achocolatado e fruta
3ª feira	Pão integral, doce de leite e café com leite	Torta salgada e suco	Macarronada e salada	Risoto e salada
4ª feira	Pão de abóbora, melado e chá	Biscoito salgado, achocolatado e fruta	Arroz, feijão, picadinho de carne com legumes	Torta salgada e suco
5ª feira	Pão francês, margarina e café com leite	Macarrão com carne moída e salada	Arroz, feijão, omelete e salada	Fruta e biscoito doce
6ª feira	Pão de abóbora, doce de leite e café com leite	Fruta e biscoito doce	Arroz, feijão, galetto e salada	Macarrão com carne moída e salada

2ª Semana (09 a 13/03)

Dia da Semana	Café da manhã (07:30h)	Lanche (10:00 h)	Almoço (12:00h)	Lanche da tarde (15:00h)
2ª feira	Pão francês, margarina e café com leite	Vaca atolada e salada	Arroz, feijão, frango com batata e salada	Bolacha caseira, suco e fruta
3ª feira	Pão fatiado, doce de leite e café com leite	Bolacha caseira, suco e fruta	Arroz, feijão, picadinho de carne com legumes e salada	Vaca atolada e salada
4ª feira	Pão integral, doce de fruta e chá	Arroz, feijão, carne suína e salada	Risoto e salada	Fruta e gelatina
5ª feira	Bolacha caseira e achocolatado	Sanduíche e suco	Arroz, lentilha, carne suína e salada	Arroz, feijão, carne suína e salada
6ª feira	Pão integral, doce de leite, chá	Fruta e gelatina	Arroz, polenta, frango em molho e salada	Sanduíche e suco

3ª Semana (16 a 20/03)

Dia da Semana	Café da manhã (07:30h)	Lanche (10:00 h)	Almoço (12:00h)	Lanche da tarde (15:00h)
2ª feira	Pão francês, doce de leite e café com leite	Purê de batata, picadinho bovino ao molho e salada	Arroz, lentilha, carne suína e salada	Torta de bolacha e fruta
3ª feira	Pão integral, margarina e chá	Pão com doce de fruta e suco	Arroz, feijão, frango em molho e salada	Purê de batata, picadinho bovino ao molho e salada
4ª feira	Pão fatiado, doce de fruta e achocolatado	Bolo, chá e fruta	Polenta, carne de panela e salada	Bolo, chá e fruta
5ª feira	Pão francês, doce de fruta e café com leite	Arroz, feijão, omelete e salada	Arroz, feijão, carne picada em molho com legumes (chuchu, cenoura, batata e vagem) salada	Arroz, feijão, omelete e salada
6ª feira	Pão fatiado, margarina, café com leite	Torta de bolacha e fruta	Arroz, feijão, galeto assado, farofa e salada	Pão com doce de fruta e suco

4ª Semana (23 a 27/03)

Dia da Semana	Café da manhã (07:30h)	Lanche (10:00 h)	Almoço (12:00h)	Lanche da tarde (15:00h)
2ª feira	Pão francês, doce de fruta e chá	Polenta, frango em molho e salada	Arroz, feijão, costela em molho e salada	Pão de queijo e suco
3ª feira	Pão fatiado, margarina e café com leite	Pão de queijo e suco	Arroz, feijão, frango assado	Polenta, frango em molho e salada
4ª feira	Pão integral, doce de leite e achocolatado	Grostoli, chá e fruta	Arroz, feijão, polenta com carne em molho, salada	Grostoli, chá e fruta
5ª feira	Pão francês, doce de fruta e chá	Pão com carne moída e suco	Mandioca, carne suína e salada	Pão com carne moída e suco
6ª feira	Bolo e café com leite	Fruta e biscoito	Arroz, feijão, bife e salada	Fruta e biscoito

5ª Semana (30 e 31/03)

Dia da Semana	Café da manhã (07:30h)	Lanche (10:00 h)	Almoço (12:00h)	Lanche da tarde (15:00h)
2ª feira	Pão, doce de fruta e chá	Bolacha caseira e achocolatado	Arroz, lentilha, carne suína e salada	Bolacha caseira e achocolatado
3ª feira	Pão, margarina e café com leite	Macarrão com carne moída e salada	Arroz, feijão, galeto assado e salada	Macarrão com carne moída e salada