



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com

Nutricionista:
Simone Aparecida Lima
Matrícula: 115781
CRN: 8/3333

CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL – OUTUBRO/2021

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL DEPUTADO MOACIR MICHELETTO

REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 08H00	*CHÁ *BISCOITO	*LEITE *BOLO DE FUBÁ SIMPLES	*LEITE *PÃO COM MANTEIGA	*BOLO CASEIRO SIMPLES DE CENOURA *LEITE	*CHÁ *PÃO COM NATA
LANCHE 09H30	*MAÇÃ	*BANANA	*IOGURTE *BISCOITO	*SUCO DE FRUTAS	*VITAMINA DE FRUTA
ALMOÇO 11H00	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE BOVINA COM CENOURA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BETERRABA	*ARROZ *FEIJÃO *FILE PEIXE *PURÊ DE BATATAS *REPOLHO	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE MOÍDA COM CENOURA *SALADA DE TOMATE	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BATATA DOCE ASSADA *MIX DE SALADA
LANCHE 14:00	*MAÇÃ/ BISCOITO / SUCO OU CHÁ	BANANA/ PÃO / CHÁ	*IOGURTE *BISCOITO/ FRUTA	*SUCO DE FRUTAS PÃO COM NATA	*VITAMINA DE FRUTA BOLO
JANTAR: 16H30	*MACARRÃO À BOLONHESA (MOLHO DE CARNE MOÍDA) *SALADA	*RISOTO DE FRANGO *SALADA DE REPOLHO	*SOPA DE FEIJÃO	*CANJA DE GALINHA COM (BATATA, CENOURA)	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *MIX DE SALADA

*Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.

*Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.

Bebidas servir quente ou frio conforme clima.

Cortar os alimentos em pedaços pequenos a fim de facilitar a mastigação.

Reduzir adição de sal, gorduras e açúcares nas preparações.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com

Nutricionista:
Simone Aparecida Lima
Matrícula: 115781
CRN: 8/3333**CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL-OUTUBRO/2021**
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL RAFAEL VICENTE CALIXTO

REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 08H30	*CHÁ *BISCOITO	*LEITE *BOLO DE FUBÁ SIMPLES	*LEITE *PÃO COM MANTEIGA	*BOLO CASEIRO SIMPLES DE CENOURA *LEITE	*CHÁ *PÃO COM NATA
LANCHE 10H30	*MAÇÃ	*BANANA	*IOGURTE *BISCOITO	*SUCO DE FRUTAS	*VITAMINA DE FRUTA
ALMOÇO 11H00	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE BOVINA COM CENOURA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BETERRABA	*ARROZ *FEIJÃO *FILE DE PEIXE *PURÊ DE BATATAS *REPOLHO	*ARROZ *FEIJÃO *POLENTA COM CARNE MOÍDA *SALADA DE TOMATE	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BATATA DOCE ASSADA *MIX DE SALADA
LANCHE 14h00min	*MAÇÃ/ BISCOITO / SUCO OU CHÁ	*BANANA/ PÃO / CHÁ	*IOGURTE *BISCOITO/ FRUTA	*SUCO DE FRUTAS PÃO COM NATA	*VITAMINA DE FRUTA BOLO
JANTAR 16H30	*MACARRÃO À BOLONHESA (MOLHO DE CARNE MOÍDA) *SALADA	*RISOTO DE FRANGO *SALADA DE REPOLHO	*SOPA DE FEIJÃO COM E	*CANJA DE GALINHA COM (BATATA, CENOURA)	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *MIX DE SALADA

*Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.

*Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.

Bebidas servir quente ou frio conforme clima.

Cortar os alimentos em pedaços pequenos a fim de facilitar a mastigação.

Reduzir sal, gorduras nas preparações.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com

Nutricionista:
Simone Aparecida Lima
Matrícula: 115781
CRN: 8/3333**CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL – OUTUBRO/2021**
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL PEQUENO POLEGAR

REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 08H30	*CHÁ *BISCOITO	*LEITE *BOLO DE FUBÁ SIMPLES	*LEITE *PÃO COM MANTEIGA	*BOLO CASEIRO SIMPLES DE CENOURA *LEITE	*CHÁ *PÃO COM NATA
LANCHE 10H30	*MAÇÃ	*BANANA	*IOGURTE *BISCOITO	*SUCO DE FRUTAS	*VITAMINA DE FRUTA
ALMOÇO 11H00	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE BOVINA COM CENOURA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BETERRABA	*ARROZ *FEIJÃO *FILE DE PEIXE *PURÊ DE BATATAS *REPOLHO	*ARROZ *FEIJÃO *POLENTA COM CARNE MOÍDA *SALADA DE TOMATE	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BATATA DOCE ASSADA *MIX DE SALADA
LANCHE 14h00min	*MAÇÃ/ BISCOITO / SUCO OU CHÁ	BANANA/ PÃO / CHÁ	*IOGURTE *BISCOITO/ FRUTA	*SUCO DE FRUTAS PÃO COM NATA	*VITAMINA DE FRUTA BOLO
JANTA 16H30	*MACARRÃO À BOLONHESA (MOLHO DE CARNE MOÍDA) *SALADA	*RISOTO DE FRANGO *SALADA DE REPOLHO	*SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES	*CANJA DE GALINHA COM (BATATA, CENOURA)	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *MIX DE SALADA

*Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.

*Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.

Bebidas servir quente ou frio conforme clima.

Cortar os alimentos em pedaços pequenos a fim de facilitar a mastigação.

Reduzir adição de sal e gorduras nas preparações.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com

Nutricionista:
Simone Aparecida Lima
Matrícula: 115781
CRN: 8/3333**CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL – OUTUBRO/2021
ESCOLA MUNICIPAL PRESIDENTE COSTA E SILVA**

1ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*CARNE MOÍDA *ARROZ *TOMATE *FEIJÃO	*COXA E SOBRECOXA COM MOLHO *POLENTA *ARROZ *REPOLHO	*CARNE DE BOI *BATATA INGLESA COZIDA *ARROZ *FEIJÃO *ALFACE	*PEITO DE FRANGO *ARROZ *FEIJÃO BRANCO *COUVE REFOGADA	*BOLO DE FUBÁ *FRUTA LEITE
2ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *CARNE MOÍDA COM LEGUMES *FEIJÃO BRANCO *ALFACE	*CARNE DE BOI COZIDA *MACARRÃO COM CENOURA *FEIJÃO *BETERRABA COZIDA	*COXA E SOBRECOXA AO MOLHO *POLENTA *REPOLHO	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BATATA DOCE COZIDA	*ARROZ DOCE *LARANJA
3ª SEMANA					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *CARNE MOÍDA COM MOLHO *FAROFA *FEIJÃO PRETO	*ARROZ *PEIXE *FEIJÃO PRETO *ALFACE	*ARROZ *POLENTA *PEITO DE FRANGO AO MOLHO *COUVE	*MACARRONADA *CARNE DE BOVINA COZIDA *TOMATE E REPOLHO	*CANJICA *MAÇÃ
4ª SEMANA					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *MACARRÃO *CARNE MOÍDA *ALFACE	*POLENTA *CARNE DE BOVINA COM MOLHO *REPOLHO	*ARROZ *FEIJÃO BRANCO *BATATA DOCE CAMELIZADA *CARNE SUINA *CHUCHU COZIDO	*ARROZ *FEIJÃO *COXA E SOBRECOXA AO MOLHO *COZIDO DE LEGUMES	*PÃO COM MANTEIGA CHÁ *BANANA

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com

Nutricionista:
Simone Aparecida Lima
Matrícula: 115781
CRN: 8/3333**CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL – OUTUBRO/2021
ESCOLA MUNICIPAL LUZ MARINA**

- 1ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*CARNE MOÍDA *ARROZ *TOMATE *FEIJÃO PRETO	*COXA E SOBRECOXA COM MOLHO *POLENTA *ARROZ *REPOLHO	*BOLO DE FUBÁ *FRUTA LEITE	*PEITO DE FRANGO *ARROZ *FEIJÃO BRANCO *COUVE REFOGADA	*CARNE DE BOI *BATATA INGLESA COZIDA *ARROZ *FEIJÃO *ALFACE
2ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *CARNE MOÍDA COM LEGUMES *FEIJÃO BRANCO *ALFACE	*CARNE DE BOI COZIDA *MACARRÃO COM CENOURA *FEIJÃO *BETERRABA COZIDA	*ARROZ DOCE *LARANJA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE *BATATA DOCE COZIDA	*COXA E SOBRECOXA AO MOLHO *POLENTA *REPOLHO
3ª SEMANA					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *CARNE MOÍDA COM MOLHO *FAROFA *FEIJÃO PRETO	*ARROZ *PEIXE *FEIJÃO *ALFACE	*CANJICA *MAÇÃ	*MACARRONADA *CARNE DE BOVINA COZIDA *TOMATE E REPOLHO	*ARROZ *POLENTA *PEITO DE FRANGO AO MOLHO *COUVE
4ª SEMANA					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *MACARRÃO *CARNE MOÍDA *ALFACE	*POLENTA *CARNE DE BOVINA COM MOLHO *REPOLHO	PÃO COM MANTEIGA CHÁ *BANANA	*ARROZ *FEIJÃO *COXA E SOBRECOXA AO MOLHO *COZIDO DE LEGUMES	*ARROZ *FEIJÃO BRANCO *BATATA DOCE CAMELIZADA *CARNE DE SUINA

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES**

Rua Niterói – 121 – Centro – 85929-000 – São Pedro do Iguaçu – PR

Fone: (45) 3255-8004 E-mail: educacaospi@gmail.com

Nutricionista:

Simone Aparecida Lima

Matrícula: 115781

CRN: 8/3333

CARDÁPIO ESCOLAR MENSAL - ESCOLA RURAL SÃO JUDAS TADEU – OUTUBRO/2021

1ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*CARNE MOÍDA *ARROZ *TOMATE *FEIJÃO PRETO	*COXA E SOBRECOXA COM MOLHO *POLENTA *ARROZ *REPOLHO	*BOLO DE FUBÁ *FRUTA LEITE	*PEITO DE FRANGO *ARROZ *FEIJÃO BRANCO *COUVE REFOGADA	*CARNE DE BOI *BATATA INGLESA COZIDA *ARROZ *FEIJÃO *ALFACE
2ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *CARNE MOÍDA COM LEGUMES *FEIJÃO BRANCO *ALFACE	*CARNE DE BOI COZIDA *MACARRÃO COM CENOURA *FEIJÃO PRETO *BETERRABA COZIDA	*ARROZ DOCE *LARANJA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE DE PORCO *BATATA DOCE COZIDA	COXA E SOBRECOXA AO MOLHO *POLENTA *REPOLHO
3ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *CARNE MOÍDA COM MOLHO *FAROFA *FEIJÃO PRETO	*ARROZ *FILE DE PEIXE *FEIJÃO *ALFACE	*CANJICA *MAÇÃ	*MACARRONADA *CARNE DE BOVINA COZIDA *TOMATE E REPOLHO	*ARROZ *POLENTA *PEITO DE FRANGO AO MOLHO *COUVE
4ª semana					
REFEIÇÕES / HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
LANCHE DA MANHÃ 09H35 LANCHE DA TARDE 15H15	*ARROZ *MACARRÃO *CARNE MOÍDA *ALFACE	*POLENTA *PICADINHO DE CARNE BOVINO COM MOLHO *REPOLHO	*PÃO COM MANTEIGA CHÁ *BANANA	*ARROZ *FEIJÃO *COXA E SOBRECOXA AO MOLHO *COZIDO DE LEGUMES	*ARROZ *FEIJÃO BRANCO *BATATA DOCE CAMELIZADA *CARNE SUINA

*Estas preparações devem ser adaptadas em casos de doença celíaca e intolerância à lactose. Poderão ocorrer substituições devido a problemas de safra, de clima ou com fornecedores.