

PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARAIÁVA
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -9441
CNPJ 76.910.900/0001-38
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio das Escolas Urbanas (agosto) 21)

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito salgado Café com leite	Sagu de fruta	Arroz/feijão Carne picada com legumes Salada	Polenta com molho de frango Salada e fruta	FERIADO	Calorias: 346,34 Kcal Proteínas: 11 g/ 12% Carboidratos: 51 g/61% Lipídeos: 12 g/27% Sódio: 863,22 mg
2ª SEMANA	2ª-feira Biscoito doce Chá com leite	3ª-feira Quirera com carne suína Salada	4ª-feira Arroz/ feijão Carne moída com legumes Salada	5ª-feira Sopa de feijão com macarrão, legumes e carne picada Fruta	6ª-feira Pão com doce Chá com leite Fruta	Média Semanal Calorias: 330,44 Kcal Proteínas: 12 g/ 14% Carboidratos: 46 g/57% Lipídeos: 12 g/29% Sódio: 710,41 mg
3ª SEMANA	2ª-feira Macarrão com molho de salsicha Salada e suco	3ª-feira Arroz/feijão Frango com legumes Salada	4ª-feira Bolo de fubá Suco e fruta	5ª-feira Arroz/feijão Almôndegas ao sugo Salada	6ª-feira Arroz doce Fruta	Média Semanal Calorias: 339,53 Kcal Proteínas: 10 g/13% Carboidratos: 48 g/ 56% Lipídeos: 13 g/ 32% Sódio: 828,59 mg
4ª SEMANA	2ª-feira Biscoito salgado Chá com leite Fruta	3ª-feira Quirera com carne picada e legumes Salada	4ª-feira Risoto de frango Salada e Fruta	5ª-feira Arroz/feijão Carne suína com legumes Salada	6ª-feira Bolo de chocolate Café com leite	Média Semanal Calorias: 319,58 Kcal Proteínas: 11 g/12% Carboidratos: 48 g/ 60% Lipídeos: 10 g/28% Sódio: 839,62 mg

J. Sales
Julliana O. de Sales
Nutricionista - SMECEL
CRN8 - 1155/PR



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÃ
Secretaria Municipal de Educaçã, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -9441
CNPJ 76.910.900/0001-38
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio das Escolas Urbanas – SEM LACTOSE (agosto / 21)

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito salgado sem lactose Café com leite sem lactose	Sagu de fruta	Arroz/feijão Carne picada com legumes Salada	Polenta com molho de frango Salada e fruta	FERIADO	Calorias: 346,34 Kcal Proteínas: 11 g/ 12% Carboidratos: 51 g/61% Lipídeos: 12 g/27% Sódio: 863,22 mg
2ª SEMANA	2ª-feira Biscoito doce sem lactose Chá com leite sem lactose	3ª-feira Quirera com carne suína Salada	4ª-feira Arroz/ feijão Carne moída com legumes Salada	5ª-feira Sopa de feijão com macarrão, legumes e carne picada Fruta	6ª-feira Pão com doce (sem leite) Chá com leite sem lactose Fruta	Média Semanal Calorias: 330,44 Kcal Proteínas: 12 g/ 14% Carboidratos: 46 g/57% Lipídeos: 12 g/29% Sódio: 710,41 mg
3ª SEMANA	2ª-feira Macarrão com molho de salsicha Salada e suco	3ª-feira Arroz/feijão Frango com legumes Salada	4ª-feira Bolo de fubá (sem leite) Suco e fruta	5ª-feira Arroz/feijão Almôndegas ao sugo Salada	6ª-feira Arroz doce com leite sem lactose Fruta	Média Semanal Calorias: 339,53 Kcal Proteínas: 10 g/13% Carboidratos: 48 g/ 56% Lipídeos: 13 g/ 32% Sódio: 828,59 mg
4ª SEMANA	2ª-feira Biscoito salgado Chá com leite sem lactose Fruta	3ª-feira Quirera com carne picada e legumes Salada	4ª-feira Risoto de frango Salada e Fruta	5ª-feira Arroz/feijão Carne suína com legumes Salada	6ª-feira Bolo de chocolate (sem leite e chocolate sem lactose) Café com leite sem lactose	Média Semanal Calorias: 319,58 Kcal Proteínas: 11 g/12% Carboidratos: 48 g/ 60% Lipídeos: 10 g/28% Sódio: 839,62 mg

Juliana O. de Sales
Nutricionista - SMECEL
CRN8 - 1155/PR



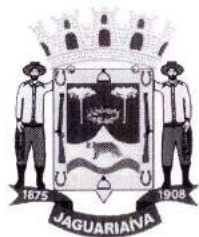
PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIAIVA
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -6856
CNPJ 76.910.900/0001-38
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio da Escola Carlos Carneiro (agosto) 21

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
1ª SEMANA (almoço)	Risoto de carne moída Salada	Arroz/feijão Frango ao molho Salada	Virado de feijão com ovos Refresco	Arroz/feijão Carne suína Salada	FERIADO	Calorias: 515,61 Kcal Proteínas: 18 g (14%) Lipídeos: 18 g (31%) Carboidratos: 72 g (55%) Sódio: 1.319,72mg
(lanche)	Biscoito salgado Café com leite	Sagu de fruta	Arroz/feijão Carne picada com legumes Salada	Polenta com molho de frango Salada e fruta	FERIADO	
	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
2ª SEMANA (almoço)	Arroz/feijão Empanado de frango Salada	Macarrão com carne picada e legumes	Virado de ovos com legumes Refresco	Arroz/feijão Carne suína Salada	Risoto de frango Salada	Calorias: 516,82 Kcal Proteínas: 19 g (15%) Lipídeos: 18 g (31%) Carboidratos: 70 g (54%) Sódio: 1.425,65mg
(lanche)	Biscoito doce Chá com leite	Quirera com carne suína Salada	Arroz/ feijão Carne moída com legumes Salada	Sopa de feijão com macarrão, legumes e carne picada Fruta	Pão com doce Chá com leite Fruta	

Juliana
Juliana O. de Sales
Nutricionista - SMECEL
CRN8 - 1155 PR



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIAIVA
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -6856
CNPJ 76.910.900/0001-38
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio da Escola Carlos Carneiro (agosto) 21

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
3ª SEMANA (almoço)	Arroz/feijão Carne suína Salada	Risoto de carne picada Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Frango desfiado Salada	Macarrão com molho de carne moída Salada	Calorias: 510,05 Kcal Proteínas: 19 g (15%) Lipídeos: 17 g (30%) Carboidratos: 70 g (55%) Sódio: 1.339,37mg
(lanche)	Macarrão com molho de salsicha Salada e suco	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Bolo de fubá Suco e fruta	Arroz/feijão Almôndegas ao sugo Salada	Arroz doce Fruta	
	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
4ª SEMANA (almoço)	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Carne suína Salada	Risoto de carne picada Salada	Macarrão com frango desfiado e legumes	Arroz/feijão Carne moída Salada	Calorias: 515,94 Kcal Proteínas: 20 g (15%) Lipídeos: 18 g (31%) Carboidratos: 69 g (54%) Sódio: 1.095,43mg
(lanche)	Biscoito salgado Chá com leite Fruta	Quirera com carne picada e legumes Salada	Risoto de frango Salada e Fruta	Arroz/feijão Carne suína com legumes Salada	Bolo de chocolate Cafê com leite	

Juliana O. de Sales
Nutricionista - SMECEL
CRN8 - 1155/PR



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIAVA
 Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
 Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
 CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -6856
 CNPJ 76.910.900/0001-38
 e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio das Escolas Rurais (agosto) 21)

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
1ª SEMANA		Sagu de fruta	Pão com doce Café com leite	Mingau de amido com banana	FERIADO	Calorias: 483,33 Kcal Proteína: 16 g (13%) Carboidratos: 73 g (60%) Lipídeos: 15 g (27%) Sódio: 929,66 mg
		Macarrão com carne moída ao sugo e PTS Salada	Mingau de alho com frango e legumes Salada e fruta	Arroz/feijão Carne picada com legumes	FERIADO	
	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
2ª SEMANA	Biscoito doce Chá com leite	Bolo de chocolate Chá	Virado de feijão e refresco	Torta de legumes Suco	Mingau de farinha láctea	Calorias: 503,33 Kcal Proteína: 16 g (13%) Carboidratos: 77 g (61%) Lipídeos: 15 g (26%) Sódio: 994,68 mg
	Risoto com carne picada Salada	Quirera com linguiça Salada	Macarrão com frango ao molho e legumes Fruta	Arroz/ feijão Carne moída ao sugo Salada Fruta	Arroz/feijão Quibebe Carne suína Salada	
	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
3ª SEMANA	Mingau de aveia com maçã	Biscoito salgado Achocolatado	Bolo de laranja Chá	Virado de frango com legumes e refresco	Pão com margarina Chá	Calorias: 488,43 Kcal Proteína: 17 g (14%) Carboidratos: g (60%) Lipídeos: 15 g (26%) Sódio: 1102,41 mg
	Polenta com carne moída ao sugo Salada	Arroz/feijão Empanado Salada	Sopa de feijão com macarrão, legumes e PTS Fruta	Macarrão com frango e salada Fruta	Arroz/feijão Carne picada com legumes Salada	
	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
4ª SEMANA	Biscoito salgado Chá com leite	Sagu de fruta	Virado de feijão com ovos, salada e refresco	Biscoito doce Achocolatado	Torta salgada Suco	Calorias: 492,86 Kcal Proteína: 17 g (14%) Carboidratos: 73 g (58%) Lipídeos: 16 g (28%) Sódio: 1082,79 mg
	Risoto de frango com legumes Fruta	Arroz/feijão Carne moída ao sugo e salada	Sopa de legumes com macarrão e PTS Fruta	Arroz/feijão Carne picada com legumes e salada	Quirera com carne suína Salada e fruta	

Juliana O. de Sales
 Nutricionista - SMECEL
 CRN8 - 1155/PR



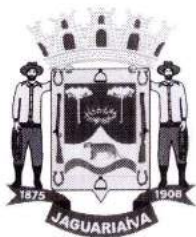
PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIAIVA
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -6856
CNPJ 76.910.900/0001-38
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio – Infantil IV (agosto) 21

	2 ^a -feira	3 ^a -feira	4 ^a -feira	5 ^a -feira	6 ^a -feira	Média Semanal
1 ^a SEMANA	Risoto de frango /feijão Salada	Arroz/feijão Carne picada com batata, abobrinha e batata-baroa Salada	Arroz/feijão Frango desfiado ao sugo Salada	Arroz /feijão Polenta com carne moída ao molho sugo Salada	FERIADO	Calorias: 228,09 Kcal Proteína: 9 g/ 16% Carboidratos: 35 g/ 60% Lipídeos: 6 g/ 24% Sódio 485,5 mg
	Sopa de feijão com macarrão, legumes e frango Fruta	Sopa de mandioca com carne Fruta	Canja com legumes Fruta	Sopa de legumes com macarrão e carne moída Fruta	FERIADO	
2 ^a SEMANA	2 ^a -feira	3 ^a -feira	4 ^a -feira	5 ^a -feira	6 ^a -feira	Média Semanal
	Arroz/feijão Frango desfiado Salada	Arroz/ feijão Almôndegas com PTS ao sugo Salada	Arroz Quirera com frango Salada	Arroz/feijão Carne picada com legumes Salada	Arroz/feijão Carne moída com legumes Salada	Calorias: 229,51 Kcal Proteína: 8,5 g/ 15% Carboidratos: 31 g/ 55% Lipídeos: 8 g/ 30% Sódio: 600,44 mg
Sopa de mandioquinha com arroz e frango Fruta	Sopa creme de batata, com legumes e carne moída com PTS Fruta	Mingau de alho c/ frango Laranja	Sopa creme de abóbora com carne picada Fruta	Sopa de feijão com macarrão e carne moída Fruta		
3 ^a SEMANA	2 ^a -feira	3 ^a -feira	4 ^a -feira	5 ^a -feira	6 ^a -feira	Média Semanal
	Risoto de carne picada Feijão Farofa de legumes Salada	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Arroz/feijão Macarrão com carne moída Salada	Arroz/feijão Frango desfiado Salada	Arroz/feijão Almôndegas Salada	Calorias: 231,74 Kcal Proteína: 9 g/ 15% Carboidratos: 32 g/ 55% Lipídeos: 8 g/ 30% Sódio: 603,41 mg
Sopa de mandioca com carne picada Fruta	Canja Fruta	Creme de batata com carne moída Fruta	Sopa caldo verde com frango Fruta	Sopa de legumes com macarrão e carne moída Salada de frutas		

Juliana O. de Sales
Nutricionista - SMECEL
CRN8 - 1155/PR



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIAIVA
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -6856
CNPJ 76.910.900/0001-38
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio – Infantil IV (agosto) 21)

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
4ª SEMANA	Arroz /feijão Carne moída com legumes Salada	Risoto de frango Feijão Salada	Arroz/feijão Carne picada legumes Salada	Arroz /feijão Almôndegas ao sugo Salada	Arroz Polenta com molho de frango Salada	Calorias: 240,71 Kcal Proteína: 9 g/ 15% Carboidratos: 35 g /57% Lipídeos:7,5 g/ 28% Sódio: 720,79 mg
	Sopa de fubá com couve e carne moída Fruta	Sopa de feijão com macarrão, legumes e frango Fruta	Sopa creme de abóbora com carne picada Fruta	Sopa de macarrão com legumes Fruta	Sopa de legumes com frango Fruta	

Juliana O. de Sales
Nutricionista - SMECEL
CRN8 - 1155 PR