

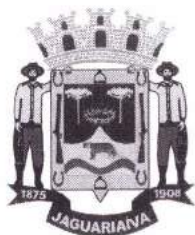
PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARAIÁVA  
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer  
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta  
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -6856  
CNPJ 76.910.900/0001-38  
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



## Cardápio das Escolas Urbanas (Dezembro/21)

|                  | 2ª-feira                      | 3ª-feira                                  | 4ª-feira                               | 5ª-feira                              | 6ª-feira                              | Média Semanal   |
|------------------|-------------------------------|---|--|---------------------------------------|---------------------------------------|---|
| <b>1ª SEMANA</b> | Arroz doce                    | Arroz/feijão<br>Frango<br>Salada          | Biscoito<br>Chá                        | Bolo de beterraba<br>Refresco e fruta | Polenta com molho de<br>PTS e legumes | <b>Calorias 302,09</b><br><b>Proteínas 9 g (13%)</b><br><b>Carboidratos 46 g (59%)</b><br><b>Lipídeos 10 g (28%)</b><br><b>Sódio 518,21 mg</b>  |
|                  | 2ª-feira                      | 3ª-feira                                  | 4ª-feira                               | 5ª-feira                              | 6ª-feira                              | Média Semanal   |
| <b>2ª SEMANA</b> | Biscoito<br>Vitamina de fruta | Macarrão com frango<br>e legumes          | Arroz/feijão<br>Quibe assado<br>Salada | Quirera com frango<br>Salada e fruta  | Cachorro quente<br>Refresco e fruta   | <b>Calorias 298,36</b><br><b>Proteínas 11 g (15%)</b><br><b>Carboidratos 47 g (63%)</b><br><b>Lipídeos 8 g (22%)</b><br><b>Sódio 499,46 mg</b>  |
|                  | 2ª-feira                      | 3ª-feira                                  | 4ª-feira                               | 5ª-feira                              | 6ª-feira                              | Média Semanal   |
| <b>3ª SEMANA</b> | Virado de ovos<br>Refresco    | Arroz/feijão<br>Linguíça assada<br>Salada | Canjica com coco<br>Fruta              | Risoto com carne<br>suína<br>Fruta    | Biscoito<br>Chá                       | <b>Calorias 290,59</b><br><b>Proteínas 11 g (15%)</b><br><b>Carboidratos 42 g (57%)</b><br><b>Lipídeos 10 g (28%)</b><br><b>Sódio 628,28 mg</b> |

Tatiane Rodrigues  
Nutricionista CRN8 – 12482/PR  
Decreto nº 426/2021 de 01/07/21



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 -6856  
CNPJ 76.910.900/0001-38  
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



## Cardápio das Escolas Rurais (Dezembro/21)

|                  | 2ª-feira  | 3ª-feira  | 4ª-feira                                   | 5ª-feira  | 6ª-feira                                       | Média Semanal   |
|------------------|---|---|--|---|--|---|
| <b>1ª SEMANA</b> | Biscoito doce<br>Chá                              | Mingau de alho  | Arroz doce                                 | Biscoito salgado<br>Chá                         | Bolo de beterraba<br>Chá                       | <b>Calorias 510,10</b><br><b>Proteína 17 g (13%)</b><br><b>Carboidratos 76 g (60%)</b><br><b>Lipídeos 16 g (27%)</b><br><b>Sódio 837,30 mg</b>                          |
|                  | Arroz/feijão<br>Frango com legumes                | Quirera com carne<br>suína<br>Salada                  | Macarrão com<br>frango desfiado<br>Salada  | Polenta com molho de<br>PTS e legumes<br>Salada | Virado de ovos<br>Salada<br>Refresco e fruta   |   |
| <b>2ª SEMANA</b> | 2ª-feira<br>Biscoito salgado<br>Vitamina de fruta | 3ª-feira<br>Mingau de amido com<br>fruta              | 4ª-feira<br>Biscoito doce<br>Chá           | 5ª-feira<br>Bolo de fubá com<br>goiabada<br>Chá | 6ª-feira<br>Virado de feijão<br>Refresco       | <b>Média Semanal</b><br><b>Calorias 489,93</b><br><b>Proteína 18 g (15%)</b><br><b>Carboidratos 75 g (61%)</b><br><b>Lipídeos 14 g (24%)</b><br><b>Sódio 921,59 mg</b>  |
|                  | Macarrão com PTS e<br>legumes                     | Polenta com molho<br>de frango<br>Salada              | Arroz/feijão<br>Quibe assado<br>Salada     | Quirera com frango<br>Salada e fruta            | Cachorro quente<br>Refresco e fruta            |   |
| <b>3ª SEMANA</b> | 2ª-feira<br>Biscoito doce<br>Chá                  | 3ª-feira<br>Virado de ovos com<br>legumes<br>Refresco | 4ª-feira<br>Canjica com coco<br>Fruta      | 5ª-feira<br>Biscoito salgado<br>Chá             | 6ª-feira<br>Torta de legumes<br>Café com leite | <b>Média Semanal</b><br><b>Calorias 501,15</b><br><b>Proteína 18 g (14%)</b><br><b>Carboidratos 70 g (56%)</b><br><b>Lipídeos 17 g (30%)</b><br><b>Sódio 1.065,08mg</b> |
|                  | Polenta com molho de<br>frango                    | Arroz/feijão<br>Linguíça assada<br>Salada             | Arroz/feijão<br>Carne suína com<br>legumes | Macarrão com molho<br>de PTS e legumes          | Risoto de picada<br>Fruta                      |   |

Tatiane Rodrigues  
Nutricionista CRN8 – 12482/PR  
Decreto nº 426/2021 de 01/07/21



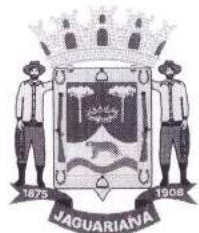
PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIAÍVA  
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer  
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta  
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -6856  
CNPJ 76.910.900/0001-38  
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



## Cardápio – Infantil IV (Dezembro/21)

|                  | <b>2ª-feira</b>               | <b>3ª-feira</b>                           | <b>4ª-feira</b>                        | <b>5ª-feira</b>                       | <b>6ª-feira</b>                       | <b>Média Semanal</b>  |
|------------------|-------------------------------|---|--|---------------------------------------|---------------------------------------|---|
| <b>1ª SEMANA</b> | Arroz doce                    | Arroz/feijão<br>Frango<br>Salada          | Biscoito<br>Chá                        | Bolo de beterraba<br>Refresco e fruta | Polenta com molho<br>de PTS e legumes | <b>Calorias: 274,76</b><br><b>Proteína 10 g (15%)</b><br><b>Carboidratos 42 g (59%)</b><br><b>Lipídeos 8 g (26%)</b><br><b>Sódio: 567,73 mg</b> |
|                  | <b>2ª-feira</b>               | <b>3ª-feira</b>                           | <b>4ª-feira</b>                        | <b>5ª-feira</b>                       | <b>6ª-feira</b>                       | <b>Média Semanal</b>  |
| <b>2ª SEMANA</b> | Biscoito<br>Vitamina de fruta | Macarrão com frango e<br>legumes          | Arroz/feijão<br>Quibe assado<br>Salada | Quirera com frango<br>Salada e fruta  | Cachorro quente<br>Refresco e fruta   | <b>Calorias: 273,41</b><br><b>Proteína 11 g (16%)</b><br><b>Carboidratos 43 g (62%)</b><br><b>Lipídeos 7 g (22%)</b><br><b>Sódio: 567,50 mg</b> |
|                  | <b>2ª-feira</b>               | <b>3ª-feira</b>                           | <b>4ª-feira</b>                        | <b>5ª-feira</b>                       | <b>6ª-feira</b>                       | <b>Média Semanal</b>  |
| <b>3ª SEMANA</b> | Virado de ovos<br>Refresco    | Arroz/feijão<br>Linguiça assada<br>Salada | Canjica com coco<br>Fruta              | Risoto com carne<br>suína<br>Fruta    | Biscoito<br>Chá                       | <b>Calorias: 268,21</b><br><b>Proteína 11 g (16%)</b><br><b>Carboidratos 43 g (62%)</b><br><b>Lipídeos 7 g (22%)</b><br><b>Sódio: 567,35 mg</b> |

Tatiane Rodrigues  
Nutricionista CRN8 – 12482/PR  
Decreto nº 426/2021 de 01/07/21



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 (Dezembro/21)

|                  | 2ª-feira                              | 3ª-feira                                  | 4ª-feira                                   | 5ª-feira                                   | 6ª-feira  | Média Semanal   |
|------------------|---------------------------------------|---|--|--|---|---|
| <b>1ª SEMANA</b> |                                       |   |  |  |   |   |
| <b>(almoço)</b>  | Arroz/feijão<br>Frango com legumes    | Quirera com carne<br>suína<br>Salada      | Macarrão com<br>molho de frango<br>Salada  | Arroz/feijão<br>Carne moída<br>Salada      | Virado de ovos<br>Salada<br>Refresco            | <b>Calorias: 484,48</b><br><b>Proteínas: 20 g (17%)</b><br><b>Lipídeos: 14 g (25%)</b><br><b>Carboidratos: 70 g (58%)</b><br><b>Sódio: 1.297,01mg</b> |
| <b>(lanche)</b>  | Biscoito<br>Chá                       | Arroz/feijão<br>Frango<br>Salada          | Arroz doce                                 | Bolo de beterraba<br>Refresco e fruta      | Polenta com molho<br>de PTS e legumes<br>Salada |   |
|                  | 2ª-feira                              | 3ª-feira                                  | 4ª-feira                                   | 5ª-feira                                   | 6ª-feira  | Média Semanal   |
| <b>2ª SEMANA</b> |                                       |   |  |  |   |   |
| <b>(almoço)</b>  | Risoto de carne<br>picada e legumes   | Virado de legumes<br>com ovos<br>Refresco | Polenta com molho<br>de frango<br>Salada   | Arroz/feijão<br>Carne suína com<br>legumes | Virado de feijão<br>com linguiça<br>Refresco    | <b>Calorias: 497,14</b><br><b>Proteínas: 21 g (17%)</b><br><b>Lipídeos: 13 g (23%)</b><br><b>Carboidratos: 75 g (60%)</b><br><b>Sódio: 1.223,64mg</b> |
| <b>(lanche)</b>  | Biscoito<br>Vitamina de fruta         | Macarrão com frango<br>e legumes          | Arroz/feijão<br>Quibe assado<br>Salada     | Quirera com frango<br>Salada e fruta       | Cachorro quente<br>Refresco e fruta             |   |
|                  | 2ª-feira                              | 3ª-feira                                  | 4ª-feira                                   | 5ª-feira                                   | 6ª-feira  | Média Semanal   |
| <b>3ª SEMANA</b> |                                       |   |  |  |   |   |
| <b>(almoço)</b>  | Arroz/feijão<br>Carne moída<br>Salada | Quirera com frango<br>Salada              | Arroz/feijão<br>Carne suína com<br>legumes | Arroz/feijão<br>Frango cozido<br>Salada    | Macarrão com<br>molho de PTS e<br>legumes       | <b>Calorias: 488,66</b><br><b>Proteínas: 21 g (18%)</b><br><b>Lipídeos: 14 g (24%)</b><br><b>Carboidratos: 71 g (58%)</b><br><b>Sódio: 1.202,24mg</b> |
| <b>(lanche)</b>  | Virado de ovos<br>Refresco            | Arroz/feijão<br>Linguiça assada<br>Salada | Canjica com coco<br>Fruta                  | Risoto com carne<br>suína<br>Fruta         | Biscoito<br>Chá                                 |   |

Tatiane Rodrigues  
Nutricionista CRN8 – 12482/PR  
Decreto nº 426/2021 de 01/07/21