



**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 -9441  
CNPJ 76.910.900/0001-38  
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



## Cardápio das Escolas Urbanas (Novembro/ 21)

	2 <sup>a</sup> -feira	3 <sup>a</sup> -feira	4 <sup>a</sup> -feira	5 <sup>a</sup> -feira	6 <sup>a</sup> -feira	Média Semanal
<b>1ª SEMANA</b>	<b>Recesso</b>	<b>Feriado</b>	Biscoito Chá	Canjica com coco	Polenta com molho de frango Salada	<b>Calorias: 296,53</b> <b>Proteínas: 9 g (12%)</b> <b>Carboidratos: 48 g (64%)</b> <b>Lipídeos: 8 g (24%)</b> <b>Sódio: 475,82 mg</b>
<b>2ª SEMANA</b>	2 <sup>a</sup> -feira Arroz doce	3 <sup>a</sup> -feira Arroz/feijão Carne picada	4 <sup>a</sup> -feira Sopa de macarrão com legumes e PTS	5 <sup>a</sup> -feira Quirera com frango Salada e fruta	6 <sup>a</sup> -feira Bolo de cenoura Chá Fruta	<b>Média Semanal</b> <b>Calorias: 295,36</b> <b>Proteínas: 11 g (15%)</b> <b>Carboidratos: 45 g (60%)</b> <b>Lipídeos: 9 g (25%)</b> <b>Sódio: 596,44 mg</b>
<b>3ª SEMANA</b>	2 <sup>a</sup> -feira <b>Feriado</b>	3 <sup>a</sup> -feira Biscoito Café com leite	4 <sup>a</sup> -feira Polenta com molho de frango Salada e fruta	5 <sup>a</sup> -feira Arroz/feijão Linguiça assada Salada	6 <sup>a</sup> -feira Pão com doce Chá Fruta	<b>Média Semanal</b> <b>Calorias: 306,90</b> <b>Proteínas: 10 g (13%)</b> <b>Carboidratos: 48 g (62%)</b> <b>Lipídeos: 9 g (25%)</b> <b>Sódio: 553,49 mg</b>
<b>4ª SEMANA</b>	2 <sup>a</sup> -feira Biscoito Chá	3 <sup>a</sup> -feira Arroz/feijão Empanado de frango assado Salada	4 <sup>a</sup> -feira Macarrão com molho de carne moída Fruta	5 <sup>a</sup> -feira Quirera com carne suína Salada e fruta	6 <sup>a</sup> -feira Torta de legumes Refresco	<b>Média Semanal</b> <b>Calorias: 300,84</b> <b>Proteínas: 12 g (16%)</b> <b>Carboidratos: 45 g (59%)</b> <b>Lipídeos: 9 g (25%)</b> <b>Sódio: 500,23 mg</b>

Tatiane Rodrigues  
Nutricionista – CRN8 12482



**PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÃ**  
 Secretaria Municipal de Educao, 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 (Novembro / 21)

	2 <sup>a</sup> -feira	3 <sup>a</sup> -feira	4 <sup>a</sup> -feira	5 <sup>a</sup> -feira	6 <sup>a</sup> -feira	Média Semanal
<b>1<sup>a</sup> SEMANA</b>	<b>Recesso</b>	<b>Feriado</b>	Biscoito salgado Ch	Arroz doce	Bolo de fubá Ch	<b>Calorias: 495,10</b> <b>Proteína: 18 g (15%)</b> <b>Carboidratos: 76 g (62%)</b> <b>Lipídeos: 13 g (23%)</b> <b>Sódio: 1.064,16mg</b>
			Risoto de carne Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	Polenta com molho de frango Salada	
	<b>2<sup>a</sup>-feira</b>	<b>3<sup>a</sup>-feira</b>	<b>4<sup>a</sup>-feira</b>	<b>5<sup>a</sup>-feira</b>	<b>6<sup>a</sup>-feira</b>	<b>Média Semanal</b>
<b>2<sup>a</sup> SEMANA</b>	Biscoito doce Ch	Virado de feijão Refresco	Mingau de alho	Pão com margarina Ch	Mingau de amido com fruta	<b>Calorias: 496,52</b> <b>Proteína: 18 g (15%)</b> <b>Carboidratos: 15 g (26%)</b> <b>Lipídeos: 74 g (59%)</b> <b>Sódio: 984,95 mg</b>
	Arroz/feijão Empanado de frango Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada	Sopa de macarrão com legumes e PTS Fruta	Quirera com frango Salada e fruta	Virado de legumes Refresco	
	<b>2<sup>a</sup>-feira</b>	<b>3<sup>a</sup>-feira</b>	<b>4<sup>a</sup>-feira</b>	<b>5<sup>a</sup>-feira</b>	<b>6<sup>a</sup>-feira</b>	<b>Média Semanal</b>
<b>3<sup>a</sup> SEMANA</b>	<b>Feriado</b>	Biscoito salgado Café com leite	Canjica com coco	Virado de legumes com ovos mexidos Refresco	Bolo de cenoura Ch Fruta	<b>Calorias: 498,50</b> <b>Proteína: 19 g (15%)</b> <b>Carboidratos: 75 g (60%)</b> <b>Lipídeos: 14 g (25%)</b> <b>Sódio: 1.082,18mg</b>
		Polenta com molho de frango Salada	Arroz/feijão Ovos mexidos Salada	Macarrão com PTS e legumes	Arroz/feijão Linguca assada Salada e fruta	
	<b>2<sup>a</sup>-feira</b>	<b>3<sup>a</sup>-feira</b>	<b>4<sup>a</sup>-feira</b>	<b>5<sup>a</sup>-feira</b>	<b>6<sup>a</sup>-feira</b>	<b>Média Semanal</b>
<b>4<sup>a</sup> SEMANA</b>	Biscoito doce Ch	Mingau de amido com fruta	Pão com doce Ch	Virado de feijão Refresco	Torta de legumes Refresco	<b>Calorias: 495,60</b> <b>Proteína: 20 g (16%)</b> <b>Carboidratos: 75 g (60%)</b> <b>Lipídeos: 14 g (25%)</b> <b>Sódio: 938,18 mg</b>
	Arroz/feijão Ovos mexidos com legumes Salada	Macarrão c/ molho de frango Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	Quirera com frango Salada e fruta	Risoto com carne suína Salada e fruta	

Tatiane Rodrigues  
 Nutricionista – CRN8 12482



**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 -9441  
CNPJ 76.910.900/0001-38  
e-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



## Cardápio – Infantil IV (Novembro/ 21)

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
<b>1ª SEMANA</b>	<b>Recesso</b>	<b>Feriado</b>	Biscoito Chá	Canjica com coco	Polenta com molho de frango Salada	<b>Calorias: 296,53</b> <b>Proteínas: 9 g (12%)</b> <b>Carboidratos: 48 g (64%)</b> <b>Lipídeos: 8 g (24%)</b> <b>Sódio: 475,82 mg</b>
<b>2ª SEMANA</b>	2ª-feira Arroz doce	3ª-feira Arroz/feijão Carne picada Salada	4ª-feira Sopa de macarrão com legumes e PTS	5ª-feira Quirera com frango Salada e fruta	6ª-feira Bolo de cenoura Chá Fruta	<b>Média Semanal</b> <b>Calorias: 295,36</b> <b>Proteínas: 11 g (15%)</b> <b>Carboidratos: 45 g (60%)</b> <b>Lipídeos: 9 g (25%)</b> <b>Sódio: 596,44 mg</b>
<b>3ª SEMANA</b>	2ª-feira <b>Feriado</b>	3ª-feira Biscoito Chá	4ª-feira Polenta com molho de frango Salada e fruta	5ª-feira Arroz/feijão Linguiça assada Salada	6ª-feira Pão com margarina Chá Fruta	<b>Média Semanal</b> <b>Calorias: 306,90</b> <b>Proteínas: 10 g (13%)</b> <b>Carboidratos: 48 g (62%)</b> <b>Lipídeos: 9 g (25%)</b> <b>Sódio: 553,49 mg</b>
<b>4ª SEMANA</b>	2ª-feira Biscoito Chá	3ª-feira Arroz/feijão Empanado de frango assado Salada	4ª-feira Macarrão com molho de carne moída Fruta	5ª-feira Quirera com carne suína Salada e fruta	6ª-feira Torta de legumes Refresco	<b>Média Semanal</b> <b>Calorias: 300,84</b> <b>Proteínas: 12 g (16%)</b> <b>Carboidratos: 45 g (59%)</b> <b>Lipídeos: 9 g (25%)</b> <b>Sódio: 500,23 mg</b>

Tatiane Rodrigues  
Nutricionista – CRN8 12482



**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 da Escola Carlos Carneiro (Novembro/ 21)

	2ª-feira	3ª-feira	4ª-feira	5ª-feira	6ª-feira	Média Semanal
<b>1ª SEMANA</b> <b>(almoço)</b>	<b>Recesso</b>	<b>Feriado</b>	Macarrão com PTS e legumes Salada	Quirera com carne picada Salada	Virado de feijão com legumes Refresco	<b>Calorias: 507,28</b> <b>Proteínas: 20 g (16%)</b> <b>Lipídeos: 14 g (24%)</b> <b>Carboidratos: 77 g (60%)</b> <b>Sódio: 1.364,98mg</b>
<b>(lanche)</b>			Biscoito Chá Fruta	Canjica com coco	Polenta com molho de frango Salada	
	<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> <b>(almoço)</b>	Arroz/feijão Empanado de frango Salada	Polenta com molho de carne moída Salada	Risoto de frango Salada	Virado de legumes com ovos Refresco	Arroz/feijão Carne moída Salada	<b>Calorias: 502,98</b> <b>Proteínas: 21 g (17%)</b> <b>Lipídeos: 14 g (25%)</b> <b>Carboidratos: 73 g (58%)</b> <b>Sódio: 1.391,90mg</b>
<b>(lanche)</b>	Arroz doce	Arroz/feijão Carne picada Salada	Sopa de macarrão com legumes e PTS	Quirera com frango Salada e fruta	Bolo de cenoura Chá Fruta	
	<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> <b>(almoço)</b>	<b>Feriado</b>	Virado de ovos com legumes Refresco	Arroz/feijão Carne suína Salada	Macarrão com PTS e legumes Salada	Virado de feijão Salada Refresco	<b>Calorias: 499,49</b> <b>Proteínas: 21 g (17%)</b> <b>Lipídeos: 15 g (26%)</b> <b>Carboidratos: 71 g (57%)</b> <b>Sódio: 1.390,09mg</b>
<b>(lanche)</b>		Biscoito Café com leite	Polenta com molho de frango Salada e fruta	Arroz/feijão Linguiça assada Salada	Pão com doce Chá Fruta	



**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 da Escola Carlos Carneiro (Novembro/ 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>4ª SEMANA (almoço)</b>	Arroz/feijão PTS com legumes Salada	Virado de feijão Salada Refresco	Arroz/feijão Ovos mexidos Salada	Risoto de carne moída com legumes	Arroz/feijão Frango desfiado Salada	<b>Calorias: 493,94</b> <b>Proteínas: 21 g (17%)</b> <b>Lipídeos: 14 g (25%)</b> <b>Carboidratos: 72 g (58%)</b> <b>Sódio: 1.378,89mg</b>
<b>(lanche)</b>	Biscoito Chá	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Macarrão com molho de carne moída Fruta	Quirera com carne suína Salada e fruta	Torta de legumes Refresco	

Tatiane Rodrigues  
Nutricionista – CRN8 12482