



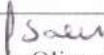
PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁVA
Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer
Rua Prefeito Aldo Sampaio Ribas, 109 – Cidade Alta
CEP 84.200-000 – Fone (43) 3535 -9441
CNPJ 76.910.900/0001-38
E-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio das Escolas Urbanas (Maio/22)

	2ª-feira – 02/05	3ª-feira – 03/05	4ª-feira - 04/05	5ª-feira – 05/05	6ª-feira – 06/05	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito Café com leite	Arroz/feijão Frango com legumes	Macarrão com molho de carne moída Salada e fruta	Sopa de feijão com legumes e proteína de soja	Sonho de goiabada Refresco Fruta	Calorias: 280 Kcal Proteínas: 10g (14%) Carboidratos: 46 g (65%) Lipídeos: 7g (21%) Sódio: 381,91 mg
	2ª-feira – 09/05	3ª-feira – 10/05	4ª-feira – 11/05	5ª-feira – 12/05	6ª-feira – 13/05	Média Semanal
2ª SEMANA	Arroz doce	Virado de legumes com ovos Salada e Refresco	Quirera com carne suína Salada Fruta	Arroz/feijão Carne picada Salada	Bolo de abóbora com coco Refresco Fruta	Calorias: 274,21 Kcal Proteínas: 8 g (11%) Carboidratos: 41 g (60%) Lipídeos: 11 g (29%) Sódio: 358,59 mg
	2ª-feira – 16/05	3ª-feira – 17/05	4ª-feira – 18/05	5ª-feira – 19/05	6ª-feira – 20/05	Média Semanal
3ª SEMANA	Macarrão com molho de salsicha Salada	Arroz/feijão Almôndegas de carne com proteína de soja Salada	Canjica com coco Fruta	Polenta com molho de carne picada Salada e fruta	Torta de legumes Refresco	Calorias: 271,04 Kcal Proteínas: 8 g (12%) Carboidratos: 39 g (58%) Lipídeos: 10 g (30%) Sódio: 453,16 mg
	2ª-feira – 23/05	3ª-feira – 24/05	4ª-feira – 25/05	5ª-feira – 26/05	6ª-feira – 27/05	Média Semanal
4ª SEMANA	Biscoito Vitamina de frutas	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Sopa de legumes com macarrão e proteína de soja	Pão com margarina Café com leite Fruta	Virado de abóbora com carne suína Refresco e fruta	Calorias: 281,30 Kcal Proteínas: 10 g (15%) Carboidratos: 44 g (63%) Lipídeos: 9 g (22%) Sódio: 389,36 mg
	2ª-feira – 30/05	3ª-feira – 31/05	4ª-feira – 01/06	5ª-feira – 02/06	6ª-feira – 03/06	Média Semanal
5ª SEMANA	Polenta com molho de carne moída Salada	Risoto de carne picada com legumes Salada	Sagu de uva Fruta	Arroz/feijão Empanado de frango Salada	Bolo de beterraba Chá Fruta	Calorias: 281,06 Kcal Proteínas: 7 g (10%) Carboidratos: 46 g (66%) Lipídeos: 9 g (24%) Sódio: 463,98 mg


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


Juliana Olivo de Sales
Nutricionista CRN8 – 1155/PR
Decreto nº 022/2020 de 27/01/2020



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁVA
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 Rurais (Maio/22)

	2 ^a -feira – 02/05	3 ^a -feira – 03/05	4 ^a -feira - 04/05	5 ^a -feira – 05/05	6 ^a -feira – 06/05	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito Café com leite	Virado de feijão com ovos Refresco	Sonho de goiabada Chá	Bolo de laranja Chá e fruta	Mingau de milho salgado	Calorias: 493,19 Kcal Proteínas: 15 g (15%) Carboidratos: 66 g (54%) Lipídeos: 17 g (31%) Sódio: 687,87 mg
	Polenta com molho de carne moída Salada	Arroz/feijão Frango com legumes	Macarrão com molho de carne moída Salada	Sopa de feijão com legumes e proteína de soja	Arroz/feijão Carne picada Salada e fruta	
2ª SEMANA	2 ^a -feira – 09/05 Arroz doce	3 ^a -feira – 10/05 Mingau de alho	4 ^a -feira – 11/05 Pão com margarina Chá	5 ^a -feira – 12/05 Biscoito de polvilho Refresco Fruta	6 ^a -feira – 13/05 Bolo de abóbora com coco Chá e fruta	Média Semanal Calorias: 494,47 Kcal Proteínas: 16 g (13%) Carboidratos: 71 g (57%) Lipídeos: 16 g (30%) Sódio: 741,52 mg
	Macarrão com molho de frango Salada	Arroz/feijão Carne picada com legumes	Quirera com carne suína Salada	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Arroz/feijão Kibe assado com proteína de soja Salada	
3ª SEMANA	2 ^a -feira – 16/05 Virado de legumes com ovos Refresco	3 ^a -feira – 17/05 Biscoito Vitamina de fruta	4 ^a -feira – 18/05 Canjica com coco	5 ^a -feira – 19/05 Pão com margarina Chá	6 ^a -feira – 20/05 Torta de legumes Refresco	Média Semanal Calorias: 493,31 Kcal Proteínas: 16 g (13%) Carboidratos: 70 g (56%) Lipídeos: 17 g (31%) Sódio: 756,78 mg
	Macarrão com molho de salsicha Salada	Arroz/feijão Almondega com carne e proteína de soja ao sugo Salada	Arroz/feijão Frango desfiado Salada	Polenta com molho de carne picada Salada e fruta	Risoto de frango/feijão Salada e 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 -9441
CNPJ 76.910.900/0001-38
E-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio das Escolas Rurais (Maio/22)

	2ª-feira – 23/05	3ª-feira – 24/05	4ª-feira – 25/05	5ª-feira – 26/05	6ª-feira – 27/05	Média Semanal
4ª SEMANA	Biscoito Vitamina de frutas	Virado abóbora com ovos Refresco	Bolo de cenoura Chá	Mingau de milho salgado	Pão de queijo Café com leite	Calorias: 493,06 Kcal Proteínas: 19 g (15%) Carboidratos: 63 g (51%) Lipídeos: 18 g (34%) Sódio: 839,23 mg
	Quirera com carne picada Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Sopa de feijão com legumes e proteína de soja	Arroz/feijão Carne moída Salada e fruta	Macarrão com molho de frango e legumes Salada e fruta	
	2ª-feira – 30/05	3ª-feira – 31/05	4ª-feira – 01/06	5ª-feira – 02/06	6ª-feira – 03/06	Média Semanal
5ª SEMANA	Virado de legumes com ovos Refresco	Biscoito Chá com leite	Sagu de uva Fruta	Pão com margarina Chá	Bolo de beterraba Chá	Calorias: 494,95 Kcal Proteínas: 16 g (13%) Carboidratos: 77 g (61%) Lipídeos: 14 g (26%) Sódio: 672,78 mg
	Macarrão com carne moída e proteína de soja Salada	Risoto de carne picada com legumes Salada	Arroz/feijão Carne suína Salada	Arroz/feijão Empanado de frango Salada Fruta	Polenta com molho de carne moída Salada e fruta	

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

Juliana Olivo de Sales
Nutricionista CRN8 – 1155/PR
Decreto nº 022/2020 de 27/01/2020



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 – Berçário, Maternal e Infantil III (Maio/22)

	2ª-feira – 02/05	3ª-feira – 03/05	4ª-feira - 04/05	5ª-feira – 05/05	6ª-feira – 06/05	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito salgado Chá	Mingau de amido	Pão com manteiga Chá	Biscoito de polvilho Chá	Torta de legumes Refresco	Calorias: 709,48 Kcal Proteína: 23 g (13%) Carboidratos: 111 g (61%) Lipídeos: 21 g (26%) Cálcio: 104,02 mg Ferro: 4 mg Retinol: 223 mg Vitamina C: 31,3 mg
	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Frango com legumes	Arroz/feijão Macarrão com carne moída Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Polenta com molho de frango Salada	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Creme de abóbora com carne moída	Sopa de canjiquinha com frango	Sopa de legumes com proteína de soja e carne moída	Sopa de feijão com legumes e carne picada	Canja de galinha com legumes	
2ª SEMANA	2ª-feira – 09/05	3ª-feira – 10/05	4ª-feira – 11/05	5ª-feira – 12/05	6ª-feira – 13/05	Média Semanal
	Mingau de aveia	Biscoito salgado Vitamina de frutas	Torta de abobrinha com frango Chá	Broa de fubá com carne moída Refresco	Pão com manteiga Chá	Calorias: 710,53 Kcal Proteína: 24 g (14%) Carboidratos: 102 g (55%) Lipídeos: 24 g (31%) Cálcio: 137,07 mg Ferro: 3,9 mg Retinol: 245 mg Vitamina C: 34 mg
	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Quirera com carne picada Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Arroz/feijão Almondega de carne moída Salada	Arroz/feijão Frango com legumes	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
Creme de cenoura e batata com carne moída	Sopa de legumes com carne picada e arroz	Mingau de alho com legumes e ovos	Sopa de feijão com macarrão, legumes e proteína de soja	Creme de mandioquinha com frango		



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁVA
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 – Berçário, Maternal e Infantil III (Maio/22)

	2ª-feira – 16/05	3ª-feira – 17/05	4ª-feira – 18/05	5ª-feira – 19/05	6ª-feira – 20/05	Média Semanal
3ª SEMANA	Biscoito salgado Chá com leite	Mingau de amido	Torta de carne moída Refresco	Pão com manteiga Chá	Pão de queijo Chá	Calorias: 708,72 Kcal Proteína: 22 g (12%) Carboidratos: 103 g (57%) Lipídeos: 25 g (31%) Cálcio: 134,45 mg Ferro: 3,4 mg Retinol: 170,50 mg Vitamina C: 31,4 mg
	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Frango com legumes	Arroz/feijão Carne moída com proteína de soja Salada	Arroz/feijão Polenta com molho de frango Salada	Arroz/feijão Carne picada com legumes	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Sopa de canjiquinha com carne picada e legumes	Creme de abóbora com frango	Sopa de feijão com legumes e macarrão	Canja de galinha e legumes	Caldo de mandioca com carne picada	
	2ª-feira – 23/05	3ª-feira – 24/05	4ª-feira – 25/05	5ª-feira – 26/05	6ª-feira – 27/05	Média Semanal
4ª SEMANA	Mingau de aveia	Biscoito salgado Vitamina de frutas	Torta de cenoura com carne moída Refresco	Biscoito de polvilho Chá	Pão com manteiga Chá	Calorias: 707,84 Kcal Proteína: 23 g (13%) Carboidratos: 102 g (56%) Lipídeos: 24 g (31%) Cálcio: 126,48 mg Ferro: 3,7 mg Retinol: 263 mg Vitamina C: 33,81 mg
	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Kibe assado com carne moída e proteína de soja Salada	Arroz/feijão Quirera com carne picada Salada	Arroz/feijão Macarrão com frango Salada	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Sopa de fubá com frango e legumes	Creme de batata e cenoura com carne picada	Sopa de feijão com arroz	Sopa de legumes com carne picada	Mingau de alho com frango e legumes	



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 – Berçário, Maternal e Infantil III (Maio/22)

	2ª-feira – 30/05	3ª-feira – 31/05	4ª-feira – 01/06	5ª-feira – 02/06	6ª-feira – 03/06	Média Semanal
5ª SEMANA	Biscoito salgado Chá	Mingau de amido	Pão de queijo Chá com leite	Pão com manteiga Chá	Torta de abobrinha com carne moída Refresco	Calorias: 708,33 Kcal Proteína: 23 g (13%) Carboidratos: 106 g (58%) Lipídeos: 23 g (29%) Cálcio: 138,61 mg Ferro: 3,8 mg Retinol: 150,78 mg Vitamina C: 54,7 mg
	Arroz/feijão Polenta com molho de carne moída Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Risoto de carne picada/feijão Salada	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Creme de abóbora com carne moída	Canja de galinha com legumes	Sopa de legumes com macarrão e carne picada	Creme de mandioquinha com frango	Sopa de feijão com legumes e proteína de soja	

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

Juliana Olivo de Sales
Nutricionista CRN8 – 1155/PR
Decreto nº 022/2020 de 27/01/2020



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁVA
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 (Maio/22)

	2ª-feira – 02/05	3ª-feira – 03/05	4ª-feira - 04/05	5ª-feira – 05/05	6ª-feira – 06/05	Média Semanal
1ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Frango com legumes	Arroz/feijão Macarrão com carne moída Salada e fruta	Arroz/feijão Carne picada Salada e fruta	Arroz/feijão Polenta com molho de frango Salada	Calorias: 408,78 Kcal Proteínas: 16 g (15%) Carboidratos: 54 g (52%) Lipídeos: 15 g (33%) Sódio: 738,79 mg
(Tarde)	Creme de abóbora com carne moída	Sopa de canjiquinha com frango	Pão com manteiga Chá Fruta	Sopa de feijão com legumes e carne picada Fruta	Torta de legumes Refresco	
	2ª-feira – 09/05	3ª-feira – 10/05	4ª-feira – 11/05	5ª-feira – 12/05	6ª-feira – 13/05	Média Semanal
2ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Quirera com carne picada Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Arroz/feijão Almondega de carne moída Salada e fruta	Arroz/feijão Frango com legumes Fruta	Calorias: 405,46 Kcal Proteínas: 15 g (15%) Carboidratos: 56 g (55%) Lipídeos: 14 g (30%) Sódio: 605,57 mg
(Tarde)	Creme de cenoura e batata com carne moída	Sopa de legumes com carne picada e arroz	Torta de abobrinha com frango Refresco	Sopa de feijão com macarrão, legumes e proteína de soja Fruta	Pão com manteiga Chá Fruta	
	2ª-feira – 16/05	3ª-feira – 17/05	4ª-feira – 18/05	5ª-feira – 19/05	6ª-feira – 20/05	Média Semanal
3ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Frango com legumes	Arroz/feijão Carne moída com proteína de soja Salada	Arroz/feijão Polenta com molho de frango Salada e fruta	Arroz/feijão Carne picada com legumes Fruta	Calorias: 406,94 Kcal Proteínas: 15 g (15%) Carboidratos: 58 g (59%) Lipídeos: 13 g (28%) Sódio: 836,74 mg
(Tarde)	Sopa de canjiquinha com carne picada e legumes	Creme de abóbora com frango	Torta de carne moída Refresco	Pão com doce Chá Fruta	Caldo de mandioca com carne picada 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 -9441
CNPJ 76.910.900/0001-38
E-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio – Infantil IV (Maio/22)

	2ª-feira – 23/05	3ª-feira – 24/05	4ª-feira – 25/05	5ª-feira – 26/05	6ª-feira – 27/05	Média Semanal
4ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Kibe assado com carne moída e proteína de soja Salada	Arroz/feijão Quirera com carne picada Salada e fruta	Arroz/feijão Macarrão com frango Salada Refresco e fruta	Calorias: 408,77 Kcal Proteínas: 15 g (15%) Carboidratos: 53 g (52%) Lipídeos: 15 g (33%) Sódio: 885,58 mg
(Tarde)	Sopa de fubá com frango e legumes	Creme de batata e cenoura com carne picada	Torta de cenoura com carne moída Refresco	Sopa de legumes com carne picada Fruta	Pão com manteiga Chá Fruta	
	2ª-feira – 30/05	3ª-feira – 31/05	4ª-feira – 01/06	5ª-feira – 02/06	6ª-feira – 03/06	Média Semanal
5ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Polenta com molho de carne moída Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Risoto de carne picada/feijão Salada e fruta	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada e fruta	Calorias: 405,70 Kcal Proteínas: 15 g (15%) Carboidratos: 54 g (53%) Lipídeos: 14 g (32%) Sódio: 805,88 mg
(Tarde)	Creme de abóbora com carne moída	Canja de galinha com legumes	Sopa de legumes com macarrão e carne picada Fruta	Cachorro quente Refresco	Torta de abobrinha com carne moída Chá e fruta	

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

Juliana Olivo de Sales
Nutricionista CRN8 – 1155/PR
Decreto nº 022/2020 de 27/01/2020



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁ
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



Cardápio da Escola Carlos Carneiro (Maio/22)

	2ª-feira – 23/05	3ª-feira – 24/05	4ª-feira – 25/05	5ª-feira – 26/05	6ª-feira – 27/05	Média Semanal
4ª SEMANA (Almoço)	Virado de feijão com ovos Refresco	Macarrão com molho de carne moída Salada	Polenta com molho de frango Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	Risoto de carne picada Salada e Refresco	Calorias: 494,03 Kcal Proteínas: 18 g (15%) Carboidratos: 67 g (55%) Lipídeos: 16 g (30%) Sódio: 803,81 mg
(Lanche)	Biscoito Vitamina de frutas	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Sopa de legumes com macarrão e proteína de soja	Pão com margarina Café com leite Fruta	Virado de abóbora com carne suína Refresco Fruta	
	2ª-feira – 30/05	3ª-feira – 31/05	4ª-feira – 01/06	5ª-feira – 02/06	6ª-feira – 03/06	Média Semanal
5ª SEMANA (Almoço)	Arroz/feijão Frango com legumes	Arroz/feijão Carne suína Salada	Virado de legumes com ovos Salada Refresco	Quirera com carne picada Salada	Macarrão com carne moída, proteína de soja e legumes Salada	Calorias: 493,30 Kcal Proteínas: 18 g (15%) Carboidratos: 69 g (56%) Lipídeos: 16 g (29%) Sódio: 776,37 mg
(Lanche)	Polenta com molho de carne moída Salada	Risoto de carne picada com legumes Salada	Sagu de uva Fruta	Arroz/feijão Empanado de frango Salada	Bolo de beterraba Chá Fruta	

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

Juliana Olivo de Sales
Nutricionista CRN8 – 1155/PR
Decreto nº 022/2020 de 27/01/2020



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÁVA
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



Cardápio da Escola Carlos Carneiro (Maio/22)

	2ª-feira – 02/05	3ª-feira – 03/05	4ª-feira - 04/05	5ª-feira – 05/05	6ª-feira – 06/05	Média Semanal
1ª SEMANA (Almoço)	Virado de feijão com ovos Refresco	Quirera com carne suína Salada	Arroz/feijão Carne picada com legumes	Arroz/feijão Kibe assado Salada	Risoto de frango Salada	Calorias: 494,27 Kcal Proteínas: 18 g (15%) Carboidratos: 65 g (53%) Lipídeos: 17 g (32%) Sódio: 802,95 mg
(Lanche)	Biscoito Café com leite	Arroz/feijão Frango com legumes	Macarrão com molho de carne moída Salada e fruta	Sopa de feijão com legumes e proteína de soja	Sonho de goiabada Refresco Fruta	
	2ª-feira – 09/05	3ª-feira – 10/05	4ª-feira – 11/05	5ª-feira – 12/05	6ª-feira – 13/05	Média Semanal
2ª SEMANA (Almoço)	Macarrão com molho de frango Salada	Risoto de carne picada Salada	Arroz/feijão Proteína de soja com frango Salada	Polenta com molho de carne moída Salada	Arroz/feijão Frango com legumes	Calorias: 493,90 Kcal Proteínas: 19 g (15%) Carboidratos: 66 g (53%) Lipídeos: 18 g (32%) Sódio: 882,04 mg
(Lanche)	Arroz doce	Virado de legumes com ovos Salada e refresco	Quirera com carne suína Salada Fruta	Arroz/feijão Carne picada Salada	Bolo de abóbora com coco Refresco Fruta	
	2ª-feira – 16/05	3ª-feira – 17/05	4ª-feira – 18/05	5ª-feira – 19/05	6ª-feira – 20/05	Média Semanal
3ª SEMANA (Almoço)	Arroz/feijão Carne suína Salada	Virado de abóbora com ovos Salada e Refresco	Arroz/feijão Carne picada com legumes	Risoto de frango com legumes Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	Calorias: 494,29 Kcal Proteínas: 19 g (15%) Carboidratos: 65 g (53%) Lipídeos: 18 g (32%) Sódio: 779,16 mg
(Lanche)	Macarrão com molho de salsicha Salada	Arroz/feijão Almôndegas com proteína de soja Salada	Canjica com coco Fruta	Polenta com molho de carne picada Salada e fruta	Torta de legumes Refresco	