



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARIÃVA
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 (Outubro/22)

	2 ^a -feira – 03/10	3 ^a -feira – 04/10	4 ^a -feira - 05/10	5 ^a -feira – 06/10	6 ^a -feira – 07/10	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito Café com leite	Macarrão com legumes com proteína de soja Salada	Polenta com frango desfiado Salada e fruta	Arroz/feijão Carne suína com legumes Salada	Bolo de cenoura Refresco	Calorias: 330,53 Kcal Proteínas: 10 g (12%) Carboidratos: 53 g (64%) Lipídeos: 8 g (24%) Sódio: 450,75 mg
2ª SEMANA	2 ^a -feira – 10/10 Arroz doce com coco	3 ^a -feira – 11/10 X-Salada Refresco Sorvete	4 ^a -feira – 12/10 FERIADO	5 ^a -feira – 13/10 Quirera com carne picada Salada e fruta	6 ^a -feira – 14/10 Torta de legumes com queijo Refresco	Média Semanal Calorias: 329,65 Kcal Proteínas: 12 g (14%) Carboidratos: 46 g (54%) Lipídeos: 12 g (32%) Sódio: 498,55 mg
3ª SEMANA	2 ^a -feira – 17/10 Biscoito Vitamina de frutas	3 ^a -feira – 18/10 Polenta com carne picada Salada	4 ^a -feira – 19/10 Arroz/feijão Frango ensopado Salada e fruta	5 ^a -feira – 20/10 Macarrão com molho de carne moída e proteína de soja Salada	6 ^a -feira – 21/10 Pão com doce Chá e fruta	Média Semanal Calorias: 330,04 Kcal Proteínas: 13 g (15%) Carboidratos: 48 g (59%) Lipídeos: 10 g (26%) Sódio: 414,92 mg
4ª SEMANA	2 ^a -feira – 24/10 Virado de legumes com proteína de soja Salada e refresco	3 ^a -feira – 25/10 Arroz/feijão Empanado de frango assado Salada	4 ^a -feira – 26/10 Sagu de uva Fruta	5 ^a -feira – 27/10 Quirera com suína e legumes Salada e fruta	6 ^a -feira – 28/10 FERIADO	Média Semanal Calorias: 329,63 Kcal Proteínas: 8 g (9%) Carboidratos: 50 g (61%) Lipídeos: 11 g (30%) Sódio: 499,45 mg

R.

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

J. Sales

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARAIAVA
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 (Outubro/22)

	2 ^a -feira – 03/10	3 ^a -feira – 04/10	4 ^a -feira - 05/10	5 ^a -feira – 06/10	6 ^a -feira – 07/10	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito Café com leite	Virado de legumes com ovos Refresco	Arroz doce com coco	Pão com margarina Chá	Bolo de cenoura Refresco	Calorias: 493,95 Kcal Proteínas: 15 g (12%) Carboidratos: 68 g (55%) Lipídeos: 18 g (33%) Sódio: 774,11 mg
	Risoto de frango Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada	Polenta com frango desfiado Salada e fruta	Arroz/feijão Carne suína Salada	Caldo de mandioca com carne picada Fruta	
2ª SEMANA	2 ^a -feira – 10/10	3 ^a -feira – 11/10	4 ^a -feira – 12/10	5 ^a -feira – 13/10	6 ^a -feira – 14/10	Média Semanal
	Biscoito Vitamina de frutas	Virado de repolho Chá	FERIADO	Biscoito de polvilho Chá com leite	Torta de legumes com queijo Chá	Calorias: 493,25 Kcal Proteínas: 15 g (12%) Carboidratos: 79 g (61%) Lipídeos: 15 g (27%) Sódio: 722,27 mg
Arroz/feijão Carne suína Salada	X-Salada Refresco Sorvete		Quirera com frango Salada e fruta	Macarrão com carne moída e proteína de soja ao molho sugo Salada		
3ª SEMANA	2 ^a -feira – 17/10	3 ^a -feira – 18/10	4 ^a -feira – 19/10	5 ^a -feira – 20/10	6 ^a -feira – 21/10	Média Semanal
	Virado de legumes com proteína de soja Refresco	Biscoito Café com leite	Torta de carne moída com queijo Chá	Virado de feijão com ovos Refresco	Pão com doce Chá	Calorias: 493,09 Kcal Proteínas: 18 g (14%) Carboidratos: 76 g (61%) Lipídeos: 13 g (25%) Sódio: 715,54 mg
Risoto de carne picada Salada	Macarrão com carne moída Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada e fruta	Polenta com carne picada Salada e fruta	Arroz/feijão Quibe assado Legumes refogados		



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
E-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio das Escolas Rurais (Outubro/22)

	2ª-feira – 24/10	3ª-feira – 25/10	4ª-feira – 26/10	5ª-feira – 27/10	6ª-feira – 28/10	Média Semanal
4ª SEMANA	Virado de abóbora Refresco	Sagu de uva	Pão com margarina Chá	Biscoito de polvilho Vitamina de frutas	FERIADO	Calorias: 493,16 Kcal Proteínas: 14 g (12%) Carboidratos: 76 g (60%) Lipídeos: 16 g (28%) Sódio: 695,95 mg
	Macarrão com frango e legumes Salada	Arroz/feijão Empanado de frango assado Salada	Risoto de carne picada Salada e fruta	Quirera com suína Salada e fruta	FERIADO	

T.

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

J. Sales

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

	2ª-feira – 03/10	3ª-feira – 04/10	4ª-feira - 05/10	5ª-feira – 06/10	6ª-feira – 07/10	Média Semanal
1ª SEMANA	Biscoito salgado Vitamina de frutas	Mingau de amido com frutas	Pão com manteiga Chá	Torta de legumes com carne moída e chá	Biscoito de polvilho Chá	Calorias: 708,62 Kcal Proteína: 23g (13%) Carboidratos: 104g (59%) Lipídeos: 22g (28%) Cálcio: 208,85 mg Ferro: 3,8 mg Retinol: 220,09 mg Vitamina C: 29,4 mg
	Arroz/feijão Carne moída com legumes Salada	Risoto de frango/Feijão Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Sopa de fubá com carne moída	Creme de mandioquinha com frango	Sopa de legumes com macarrão e proteína de soja	Canja de galinha	Caldo de mandioca com carne picada	
2ª SEMANA	2ª-feira – 10/10	3ª-feira – 11/10	4ª-feira – 12/10	5ª-feira – 13/10	6ª-feira – 14/10	Média Semanal Calorias: 708,04 Kcal Proteína: 23g (13%) Carboidratos: 88g (52%) Lipídeos: 30g (35%) Cálcio: 188,89 mg Ferro: 2,9 mg Retinol: 116,15 mg Vitamina C: 15,88 mg
	Mingau de aveia com frutas	Chipa Chá	FERIADO	Biscoito salgado Chá com leite	Pão com manteiga Chá	
	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Arroz/feijão Macarrão com almôndegas ao molho Salada		Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	
	Fruta	Pipoca salgada e refresco Berçário: Fruta		Fruta	Fruta	
	Sopa de canjiquinha com frango	Creme de batatas com cenoura e carne moída		Sopa de feijão com legumes e carne picada	Sopa de legumes com arroz, frango, proteína de soja e legumes	

15/10





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
E-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio – Berçário, Maternal e Infantil III (Outubro/22)

	2ª-feira – 17/10	3ª-feira – 18/10	4ª-feira – 19/10	5ª-feira – 20/10	6ª-feira – 21/10	Média Semanal
3ª SEMANA	Biscoito de polvilho Chá	Mingau de amido com frutas	Torta de frango Chá	Biscoito salgado Vitamina de frutas	Pão de batata com carne moída e chá	Calorias: 708,25 Kcal Proteína: 24g (14%) Carboidratos: 97g (54%) Lipídeos: 25g (32%) Cálcio: 192,52 mg Ferro: 3,78 mg Retinol: 124,40 mg Vitamina C: 19,57 mg
	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Quibe assado Legumes refogados	Arroz/feijão Polenta com frango desfiado Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	
	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Sopa de feijão com macarrão	Creme de mandioquinha com carne moída	Canja de galinha com legumes	Caldo de mandioca com carne picada e couve	Sopa de legumes com macarrão e proteína de soja	
4ª SEMANA	2ª-feira – 24/10	3ª-feira – 25/10	4ª-feira – 26/10	5ª-feira – 27/10	6ª-feira – 28/10	Média Semanal
	Biscoito salgado Chá com leite	Biscoito de polvilho Chá	Mingau de aveia com frutas	Torta de legumes com carne moída e chá	FERIADO	Calorias: 708,51 Kcal Proteína: 21g (12%) Carboidratos: 97g (55%) Lipídeos: 26g (33%) Cálcio: 177,04 mg Ferro: 3,5 mg Retinol: 148,60 mg Vitamina C: 12,11 mg
	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Arroz/feijão Carne picada com legumes Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Macarrão com carne picada Salada	FERIADO	
	Fruta	Pipoca salgada e refresco Berçário: Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO	
Sopa de legumes com frango	Sopa de fubá com carne picada	Sopa de feijão com legumes e proteína de soja	Mingau de alho com carne picada	FERIADO		


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 JAGUARIAVA
 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 (Outubro/22)

	2ª-feira – 03/10	3ª-feira – 04/10	4ª-feira - 05/10	5ª-feira – 06/10	6ª-feira – 07/10	Média Semanal
1ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Carne moída com legumes Salada	Risoto de frango/Feijão Salada e fruta	Arroz/feijão Carne moída Salada	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	Arroz/feijão Carne picada Salada e fruta	Calorias: 405,21 Kcal Proteínas: 15g (15%) Carboidratos: 56g (55%) Lipídeos: 13g (30%) Sódio: 758,11 mg
(Tarde)	Sopa de fubá com carne moída	Creme de mandioquinha com frango Fruta	Pão com manteiga Café com leite	Torta de legumes com carne moída e chá	Caldo de mandioca com carne picada Fruta	
	2ª-feira – 10/10	3ª-feira – 11/10	4ª-feira – 12/10	5ª-feira – 13/10	6ª-feira – 14/10	Média Semanal
2ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Frango com legumes Salada	X-Salada Refresco Sorvete	FERIADO	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada e fruta	Calorias: 405,16 Kcal Proteínas: 12g (13%) Carboidratos: 53g (52%) Lipídeos: 16g (35%) Sódio: 720,98 mg
(Tarde)	Sopa de canjiquinha com frango	X-Salada Refresco Sorvete		Sopa de feijão com legumes e carne picada	Sopa de legumes com arroz, frango, proteína de soja Fruta	
	2ª-feira – 17/10	3ª-feira – 18/10	4ª-feira – 19/10	5ª-feira – 20/10	6ª-feira – 21/10	Média Semanal
3ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Quibe assado Legumes refogados	Arroz/feijão Polenta com frango desfiado Salada e fruta	Arroz/feijão Carne picada Salada e fruta	Arroz/feijão Carne moída com proteína de soja Salada	Calorias: 405,49 Kcal Proteínas: 15g (14%) Carboidratos: 64 g (63%) Lipídeos: 9g (23%) Sódio: 608,4mg
(Tarde)	Sopa de feijão com macarrão	Creme de mandioquinha com carne moída	Torta de frango Chá e fruta	Caldo de mandioca com carne picada e couve Fruta	Pão de batata com carne moída Chá	

ps p.



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
E-mail: smece.merenda@yahoo.com.br



Cardápio – Infantil IV (Outubro/22)

	2ª-feira – 24/10	3ª-feira – 25/10	4ª-feira – 26/10	5ª-feira – 27/10	6ª-feira – 28/10	Média Semanal
4ª SEMANA (Manhã)	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Arroz/feijão Carne moída com legumes Fruta	Arroz/feijão Carne picada Salada	Arroz/feijão Macarrão com carne moída Salada	FERIADO	Calorias: 405,88 Kcal Proteínas: 16g (15%) Carboidratos: 55g (55%) Lipídeos: 14g (30%) Sódio: 734,93 mg
(Tarde)	Sopa de legumes com frango	Sopa de fubá com carne moída Fruta	Creme de abóbora com carne picada	Pão com doce Chá	FERIADO	

R.

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

J. Sales

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE JAGUARAIAVA
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 (Outubro/22)


	2ª-feira – 03/10	3ª-feira – 04/10	4ª-feira - 05/10	5ª-feira – 06/10	6ª-feira – 07/10	Média Semanal
1ª SEMANA (Lanche manhã)	Biscoito Café com leite	Virado de legumes com ovos Chá ou refresco	Pão com margarina Chá ou refresco Fruta	Biscoito Vitamina de frutas Fruta	Pão com doce Chá ou refresco	Calorias: 493,56 Kcal Proteínas: 19 g (15%) Carboidratos: 68g (55%) Lipídeos: 16 g (30%) Sódio: 760,25 mg
(Almoço)	Arroz/feijão Carne moída com legumes	Quirera com frango Salada	Caldo de mandioca com carne picada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada	Virado de legumes com carne moída Salada e Refresco	
(Lanche)	Biscoito Café com leite	Arroz/feijão Carne suína com legumes Salada	Polenta com frango desfiado Salada e fruta	Risoto de carne picada Salada e fruta	Pão com doce Chá ou refresco	
	2ª-feira – 10/10	3ª-feira – 11/10	4ª-feira – 12/10	5ª-feira – 13/10	6ª-feira – 14/10	Média Semanal
2ª SEMANA (Lanche manhã)	Arroz doce com coco	X-Salada Refresco Sorvete	FERIADO	Biscoito Chá com leite Fruta	Torta de legumes com queijo Refresco	Calorias: 493,80 Kcal Proteínas: 20 g (15%) Carboidratos: 62g (52%) Lipídeos: 18 g (33%) Sódio: 739,04 mg
(Almoço)	Macarrão com carne moída Salada	Virado de abóbora com proteína de soja Salada e refresco		Arroz/feijão Quibe assado Salada	Risoto de frango Salada	
(Lanche tarde)	Arroz doce com coco	X-Salada Refresco Sorvete		Quirera com carne picada Salada e fruta	Torta de legumes com queijo Refresco	


15 P.



Cardápio da Escola Carlos Carneiro (Outubro/22)

	2ª-feira – 17/10	3ª-feira – 18/10	4ª-feira – 19/10	5ª-feira – 20/10	6ª-feira – 21/10	Média Semanal
3ª SEMANA (Lanche manhã)	Biscoito Vitamina de frutas	Pão com margarina Chá	Biscoito Café com leite Fruta	Virado de feijão com ovos Refresco	Pão com margarina Chá e fruta	Calorias: 493,44 Kcal Proteínas: 19 g (15%) Carboidratos: 58g (55%) Lipídeos: 17 g (30%) Sódio: 788,15 mg
(Almoço)	Arroz/feijão Carne suína Salada	Virado de frango com legumes Salada e Refresco	Risoto de carne picada Salada	Arroz/feijão Carne moída com legumes	Macarrão com frango Salada e refresco	
(Lanche tarde)	Biscoito Vitamina de frutas	Polenta com carne picada Salada	Arroz/feijão Frango ensopado Salada e fruta	Macarrão com molho de carne moída e proteína de soja Salada	Pão com margarina Chá e fruta	
	2ª-feira – 24/10	3ª-feira – 25/10	4ª-feira – 26/10	5ª-feira – 27/10	6ª-feira – 28/10	Média Semanal
4ª SEMANA (Lanche manhã)	Virado de legumes com proteína de soja Refresco	Biscoito de polvilho Chá com leite	Sagu de uva Fruta	Biscoito Vitamina de frutas Fruta	FERIADO	Calorias: 493,54 Kcal Proteínas: 18 g (14%) Carboidratos: 71g (58%) Lipídeos: 15 g (28%) Sódio: 706,24 mg
(Almoço)	Risoto de frango Salada	Polenta com molho de carne moída Salada	Macarrão com carne picada e legumes Salada	Arroz/feijão Carne moída Salada	FERIADO	
(Lanche tarde)	Virado de legumes com proteína de soja Salada e Refresco	Arroz/feijão Empanado de frango assado Salada	Sagu de uva Fruta	Quirera com suína e legumes Salada e fruta	FERIADO	


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