

SECRETARIA (MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RIO AZUL - PARANÁ)					PROGRAMA NACIONAL DE
CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO - Ensino Fundamental			REFERENTE MÊS: Março 2023		
MODALIDADE DE ENSINO - Fundamental, eja, educação especial, educação infantil					
ZONA Rural e Urbana		FAIXA ETÁRIA 6-10 anos		PERÍODO Parcial	
TIPO DE ALIMENTAÇÃO: LANCHE					
Nutricionista: William Ribeiro Dos Santos					
Necessidades Alimentares - DIABETES					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	04/mar	05/mar	06/mar	07/mar	08/mar
LANCHE	CHÁ MATE SEM AÇÚCAR, BOLACHA SALGADA INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, CARNE MOIDA, SALADA DE PEPINO, BANANA	ARROZ INTEGRAL , ABOBRINHA REFOGADA, MUSCULO REFOGADO	POLENTA, PERNIL SUINO REFOGADO, SALADA TOMATE, MELANCIA	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, PURE DE BATATA, FRANGO REFOGADO DESFIADO, SALADA CHUCHU
Horário 9:40 e 14:55 e 20 h					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	11/mar	12/mar	14/mar	15/mar	16/mar
LANCHE	MACARRÃO ESPAGUETE INTEGRAL, CARNE MOIDA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, BATATA SAUE REFOGADA, PEITO FRANGO DESFIADO REFOGADO, SALADA CENOURA	CHÁ COM BOLACHA INTEGRAL	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, MUSCULO DESFIADO REFOGADO, SALADA DE CHUCHU	CANJIQUINHA COM CARNE SUINA BISTECA REFOGADA, SALADA DE TOMATE, LARANJA
Horário 9:40 e 14:55 e 20 h					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	18/mar	19/mar	20/mar	21/mar	22/mar
LANCHE	CANJIQUINHA COM CENOURA, CARNE MOIDA REFOGADA MOLHO	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, PURÊ BATATA INGLESA, PERNIL SUINO REFOGADO, SALADA TOMATE, MAÇA	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, MUSCULO DESFIADO REFOGADO, REFOGADO CHUCHU, SALADA ALFACE,	MACARRÃO INTEGRAL, CARNE MOIDA REFOGADA , BANANA,	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, REFOGADO DE CHUCHU, SALADA PEPINO
Horário 9:40 e 14:55 e 20 h					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	25/mar	26/mar	27/mar	28/mar	29/mar
LANCHE	POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOIDA.	ARROZ INTEGRAL, FEIJÃO, BISTECA SUINA, SALADA PEPINO.	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO , BATATA INGLESA, CARNE BOVINA REFOGADA, BANANA CATURRA,	MACARRÃO INTEGRAL CARNE MOIDA REFOGADA, LARANJA.	
Horário 9:40 e 14:55					

composição nutricional referente ao cardápio do mês: Março

MODALIDADE: FUNDAMENTAL		Composição nutricional (Média semanal)			
SEMANA	DATA	ENERGIA (Kcal)	CHO	PTN	LIP
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
1	04 a 08/03/2024	414,37	56% - 58 g	15% - 16 g	35% - 16 g
2	11 a 16/03/2024	414,2	45% - 48 g	17% - 18 g	36% - 17 g
3	18 a 22/03/2024	458,99	45% - 53 g	17% - 20 g	34% - 18 g
4	25 a 29/03/2024	447,35	60g - 52%	19g - 18%	36% - 19g

William Ribeiro Dos Santos CRN 8 14026