

SECRETARIA (MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RIO AZUL - PARANÁ)		
CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO - Ensino Fundamental	REFERENTE MÊS: Junho 2025	
MODALIDADE DE ENSINO - Eja		
ZONA Rural e Urbana	EJA: 19-30 anos	PERÍODO Parcial
TIPO DE ALIMENTAÇÃO: LANCHE		
Nutricionista: Adriane Terezinha Moraes CRN 8 5065		

Necessidades Alimentares - DIABETES					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	02/jun	03/jun	04/jun	05/jun	06/jun
Lanche Horário 9:40 e 14:55 e 20 h	RISOTO (ARROZ INTEGRAL) DE CARNE MOIDA E FEIJÃO.	ARROZ (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, PEITO DE FRANGO DESFIADO E SALADA DE TOMATE COM CEBOLA.	POLENTA COM CARNE MOIDA E FEIJÃO.	VIRADO DE FEIJÃO, ARROZ (ARROZ INTEGRAL), PERNIL REFOGADO, LARANJA.	ARROZ (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, PURÊ DE BATATA COM COXA E SOBRE COXA MOLHO. MAÇA.
	09/jun	10/jun	11/jun	12/jun	13/jun
Lanche Horário 9:40 e 14:55 e 20 h	CANJIQUINHA COM CARNE MOIDA.	ARROZ (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, CARNE SUÍNA REFOGADA, SALADA DE CHUCHU.	CHÁ SEM AÇUCAR COM BOLACHA INTEGRAL.	RISOTO (ARROZ INTEGRAL) DE FRANGO, FEIJÃO, SALADA DE PEPINO.	ARROZ (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, MUSCULO DESFIADO. BANANA.
	16/jun	17/jun	18/jun	19/jun	20/jun
Lanche Horário 9:40 e 14:55 e 20 h	POLENTA COM CARNE MOIDA E FEIJÃO.	ARROZ (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, MUSCULO REFOGADO. SALADA DE TOMATE. LARANJA.	SOPA DE FRANGO COM (BATATA, CENOURA E CHUCHU). BANANA.		
	23/jun	24/jun	25/jun	26/jun	27/jun
Lanche Horário 9:40 e 14:55 e 20 h	CANJIQUINHA COM CARNE MOIDA.	ARROZ BRANCO (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, MUSCULO REFOGADO, SALADA DE CHUCHU.	CHÁ SEM AÇUCAR COM BOLACHA INTEGRAL.	RISOTO DE FRANGO (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO E SALADA PEPINO. MAÇA.	
	30/jun	01/jul	02/jul	03/jul	04/jul

Lanche	RISOTO (ARROZ INTEGRAL) DE CARNE MOIDA E FEIJÃO.	ARROZ (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, COXA E SOBRE COXA MOLHO, SALADA DE TOMATE.	CHÁ SEM AÇUCAR COM BOLACHA INTEGRAL.	SOPA DE FRANGO COM (BATATA, CENOURA E ABOBRINHA).	ARROZ (ARROZ INTEGRAL), FEIJÃO, MUSCULO DESFIADO REFOGADO. LARANJA.
Horário 9:40 e 14:55 e					



William Ribeiro Dos Santos CRN 8 14026

composição nutricional referente ao cardápio do mês:

MODALIDADE: EJA		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
01	02/06-06/06	476,55	64g-53%	20g-17%	20g-37%
02	09/06-13/06	392,39	42g-45%	18g-17%	19g-40%
03	16/06-18/06	392,59	60g-65%	17g-14%	13g-23%
04	23/06-26/06	361,53	54g-60%	15g-16%	13g-31%
05	30/06-04/07	327,91	43g-34%	15g-17%	13g-34%



William Ribeiro Dos Santos CRN 8 14026