



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 57967 - EEF NS DA SALETE - Localização: Rural

Ana Paula F. da Silva
 Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Ana Luisa Lages Belchor
 Ana Luisa Lages Belchor - CRN10 12078 (RT)

CARDÁPIOS - PARCIAL - Ensino Fundamental 6 - 10 anos OUTUBRO 2024

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Matutino e Vespertino	/ /	01/10/24	02/10/24	03/10/24	04/10/24
Semana 1		R24.26 Frango assado (coxa e sobrecoxa sem osso), arroz, feijão, salada de beterraba crua ralada, salada de acelga picada e uma laranja.	R24.229 Filé de Tilápia (temperado com limão, alho, cebola e tempero verde) ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, batata refogada com tempero verde, salada de chicória e tomate em fatias e uma fatia de mamão.	R24.118 Polenta com molho de carne bovina moída (carne moída com molho de tomate feito na escola), arroz, feijão, salada de chuchu e uma tangerina.	LL24.195 Iogurte natural batido com morango e mel, biscoito caseiro sem gordura trans e uma banana.

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 450,500 CHO - Carboidratos 67,000(g) Pt - Proteínas 20,250(g) Lip - Lipídios 10,750(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 901,000 CHO - Carboidratos 134,000(g) Pt - Proteínas 40,500(g) Lip - Lipídios 21,500(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 57967 - EEF NS DA SALETE - Localização: Rural

Ana Paula F. da Silva
 Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Ana Luisa Lages Belchor
 Ana Luisa Lages Belchor - CRN10 12078 (RT)

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Matutino	07/10/24	08/10/24	09/10/24	10/10/24	11/10/24
e Vespertino	R24.149 Macarronada de frango (macarrão espaguete com frango desfiado ensopado com molho de tomate (feito na escola)), salada de repolho, salada de cenoura cozida e uma laranja.	LL24.90 Bolo de chocolate, leite com café, açúcar e uma maçã	R24.177 Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de alface e uma fatia de mamão.	R24.267 Omelete de cenoura com queijo e orégano (Fortaia), arroz, feijão, salada de chicória e uma banana.	LL23.157 Pão massinha com peito de frango desfiado ao molho de tomate (feito na escola), alface, tomate em fatia, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma laranja.
Semana 2					

UMA REFEIÇÃO								
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	389,000	CHO - Carboidratos	62,400(g)	Pt - Proteínas	16,000(g)	Lip - Lipídios	7,400(g)
DUAS REFEIÇÕES								
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	778,000	CHO - Carboidratos	124,800(g)	Pt - Proteínas	32,000(g)	Lip - Lipídios	14,800(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 57967 - EEF NS DA SALETE - Localização: Rural

Ana Paula F. da Silva
 Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Ana Luisa Lages Belchor
 Ana Luisa Lages Belchor - CRN10 12078 (RT)

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Matutino	14/10/24	15/10/24	16/10/24	17/10/24	18/10/24
e Vespertino	R24.158 Arroz colorido com carne (arroz integral, carne bovina moída, brócolis e cenoura), feijão, salada de repolho e uma maçã.	LL24.765 Leite com café, açúcar, biscoito caseiro sem gordura trans e uma laranja.	R24.03 Carne bovina em cubos ensopada com batata e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de acelga e tomate e uma fatia de melancia.	R24.139 Frango (coxa e sobrecoxa sem osso) ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, couve picada refogada e uma laranja.	R24.251 Omelete de cenoura, arroz, feijão, batata inglesa refogada com tempero verde, salada de repolho, salada de beterraba crua ralada e uma banana.
Semana 3					

UMA REFEIÇÃO								
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	292,400	CHO - Carboidratos	44,200(g)	Pt - Proteínas	12,800(g)	Lip - Lipídios	6,400(g)
DUAS REFEIÇÕES								
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	584,800	CHO - Carboidratos	88,400(g)	Pt - Proteínas	25,600(g)	Lip - Lipídios	12,800(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 57967 - EEF NS DA SALETE - Localização: Rural

Ana Paula F. da Silva
 Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

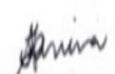
Ana Luisa Lages Belchor
 Ana Luisa Lages Belchor - CRN10 12078 (RT)

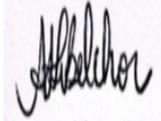
Matutino e Vespertino Semana 4	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	21/10/24	22/10/24	23/10/24	24/10/24	25/10/24
	R24.07 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, abobrinha em cubos e molho de tomate (feito na escola)), cenoura refogada, salada de acelga picada e uma fatia de melancia.	R23.225 Feijoada de carne suína com legumes (feijão com carne suína, chuchu e abóbora em cubos), arroz, farofa de couve picada e salada de beterraba crua ralada e uma laranja.	LL24.38 Leite com café, açúcar, biscoito caseiro sem gordura trans e uma maçã.	R24.226 Carne bovina em cubos refogada com tomate e tempero verde, arroz, feijão, salada de abóbora e chuchu e uma fatia de mamão.	R24.111 Frango (coxa e sobrecoxa sem osso) ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, couve picada refogada e uma banana.

UMA REFEIÇÃO								
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	406,200	CHO - Carboidratos	63,200(g)	Pt - Proteínas	19,000(g)	Lip - Lipídios	7,800(g)
DUAS REFEIÇÕES								
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	812,400	CHO - Carboidratos	126,400(g)	Pt - Proteínas	38,000(g)	Lip - Lipídios	15,600(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 57967 - EEF NS DA SALETE - Localização: Rural


 Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)


 Ana Luisa Lages Belchor - CRN10 12078 (RT)

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Matutino	28/10/24	29/10/24	30/10/24	31/10/24	/ /
e Vespertino	R24.235 Estrogonofe de carne bovina em iscas com molho branco (feito na escola), arroz, batata doce assada, salada de cenoura cozida e uma laranja.	R24.289 Macarronada de carne suína (macarrão espaguete com molho de tomate (feito na escola)), carne suína em cubos acebolada, salada de beterraba crua ralada e salada de repolho picado e uma maçã.	R24.167 Frango ensopado (coxa e sobreco sem osso) com batata e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de abobrinha e uma fatia de mamão.	LL23.246 Torta de carne e legumes (com carne moída, tomate, cenoura ralada, cebola e tempero verde) e suco de uva integral e uma fatia de melancia.	
Semana 5					

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 201,500 CHO - Carboidratos 33,250(g) Pt - Proteínas 8,750(g) Lip - Lipídios 3,500(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 403,000 CHO - Carboidratos 66,500(g) Pt - Proteínas 17,500(g) Lip - Lipídios 7,000(g)