


Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA



PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR DEZEMBRO

INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL
Período Integral


Anne Caroline Romanini
Nutricionista
CRN 8-14861

Os cardápios foram elaborados conforme as recomendações da
Resolução no 06, de 08 de maio de 2020, do FNDE/MEC.



INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 01/12	Terça-Feira 02/12	Quarta-Feira 03/12	Quinta-Feira 04/12	Sexta-feira 05/12
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g
Almoço/Janta 10:00 às 10:30	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Iscas de frango grelhado Salada/Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Macarrão ao alho e óleo Carne Suína Salada/Legumes Fruta	Pão com Frango desfiado e legumes	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Coxa e Sobrecoxa Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Polenta cremosa Carne Suína Salada/Legumes

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)



AR



INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 08/12	Terça-Feira 09/12	Quarta-Feira 10/12	Quinta-Feira 11/12	Sexta-feira 12/12
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g
Almoço/Janta	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Isclas de frango grelhado Salada/Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Macarrão ao alho e óleo Carne Suína Salada/Legumes Fruta	Pão com Carne moída e legumes	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Coxa e Sobrecoxa Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Polenta cremosa Carne Suína Salada/Legumes

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
824,32 kcal	127	33	20	248,50	2,90	258,09	16,20

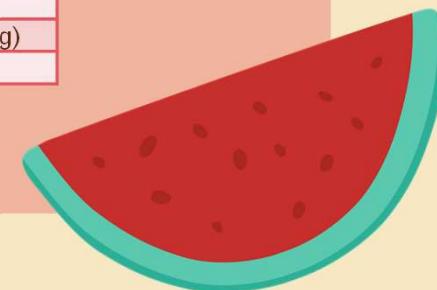


INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 15/12	Terça-Feira 16/12	Quarta-Feira 17/12	Quinta-Feira 18/12	Sexta-feira 19/12
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	RECESSO ESCOLAR
Almoço/Janta	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Macarrão à bolonhesa 130g Salada/Legumes	Sopa de Frango, Arroz e Legumes 200g Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Coxa e Sobrecoxa assada com Legumes 80g Salada	Pão com Carne moída e legumes 110g Fruta	RECESSO ESCOLAR

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
818,13	130,5	30,25	19,5	248,03	3,21	333,76	14,35





INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 22/12	Terça-Feira 23/12	Quarta-Feira 24/12	Quinta-Feira 25/12	Sexta-feira 26/12
Desjejum	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço/Janta	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS



Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA




PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR DEZEMBRO

RESTRIÇÕES ALIMENTARES

INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL
Período Integral


Anne Caroline Romanini
Nutricionista
CRN 8-14861

Os cardápios foram elaborados conforme as recomendações da Resolução no 06, de 08 de maio de 2020, do FNDE/MEC.