



Segunda- Feira 01/09	Terça- Feira 02/09		Quarta-feira 03/09		Quinta-Feira 04/09		Sexta-feira 05/09	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, feijão, Carne moída com mandioca, salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com banana e biscoito Refeição da tarde: Sopa de feijão com legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino) e macarrão	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, feijão frango sobrecoxa refogada e salada Lanche da tarde: Milk-shake torradinha Refeição da tarde: Canja		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão tropeiro (feijão carioca, carne suína cubos, farinha de milho e couve picada) Lanche da tarde: Canjica Refeição da tarde: Sopa de legumes com carne bovina (cenoura, batata, mandioquinha, abobrinha)		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Ovo cozido, Salada Lanche da tarde: Bolo de cenoura e leite Refeição da tarde: Sopa creme		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne moída com tomate, Salada Lanche da tarde: logurte e Biscoito Refeição da tarde: Pão com carne, Suco	
Composição Nutricional (média semanal)	Energia 1037kcal	Carboidratos 143g 55% VET	Proteínas 340g -16 %VET	Lipídeos 33,5g – 29%VET	Vitamina A 190mcg	Vitamina C 54mg	Cálcio 407mg	Ferro 4,8mg
Segunda- Feira 08/09	Terça- Feira 09/09		Quarta-feira 10/09		Quinta-Feira 11/09		Sexta-feira 12/09	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Risoto de frango (arroz, frango cubos, molho de tomate, milho, ervilha, cheiro verde), Feijão, Salada Lanche da tarde: Milk-shake torradinha Refeição da tarde: Sopa de legumes com carne bovina (cenoura, batata, mandioquinha, abobrinha)	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Macarrão a bolonhesa (molho de tomate e carne moída) salada Lanche da tarde: Arroz doce Refeição da tarde: Macarrão a bolonhesa (molho de tomate e carne moída) salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada Salada Lanche da tarde: Leite, bolo de maçã Refeição da tarde: Sopa de feijão com legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino) e macarrão		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, peixe com batata, cebola, tomate e pimentão salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com banana, biscoito Refeição da tarde: Sopa creme		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango iscas no molho, Salada Lanche da tarde: Leite, Biscoito Refeição da tarde: Pão com frango, Suco	
Composição Nutricional (média semanal)	Energia 835kcal	Carboidratos 110g 53% VET	Proteínas 44,47g -18%VET	Lipídeos 32,7g – 25%VET	Vitamina A 195,53mcg	Vitamina C 64,59mg	Cálcio 518,5mg	Ferro 4,91mg

Obs.1. As frutas deverão ser servidas diariamente após as refeições da manhã e da tarde, de acordo com seu estado de maturação.

2. Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas para não causar engasgo. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso.



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO CIMEI - Setembro 2025

Segunda- Feira 15/09	Terça- Feira 16/09		Quarta-feira 17/09		Quinta-Feira 18/09		Sexta-feira 19/09	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Ovo mexido com tomate, Salada Lanche da tarde: Vitamina de Leite com banana, torradinha Refeição da tarde: Sopa de legumes com carne e macarrão	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Peito de frango no molho com batata, Salada Lanche da tarde: Bolo de cenoura, Leite Refeição da tarde: Canja		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Mini feijoada (arroz, Feijão preto com carne. Farofa de couve, vinagrete) Lanche da tarde: Leite, Biscoito Refeição da tarde: Sopa de feijão com legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino) e macarrão		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne moída com legumes, Salada Lanche da tarde: Milk-shake, torradinha Refeição da tarde: Sopa creme		Entrada manhã: Leite e bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango iscas acebolado, Salada Lanche da tarde: Sagu de uva ou abacaxi Refeição da tarde: Pão com frango, Suco	
Composição Nutricional (média semanal)	Energia 1037kcal	Carboidratos 143g 55% VET	Proteínas 340g -16 %VET	Lipídeos 33,5g – 29%VET	Vitamina A 190mcg	Vitamina C 54mg	Cálcio 407mg	Ferro 4,8mg
Segunda- Feira 22/09	Terça- Feira 23/09		Quarta-feira 24/09		Quinta-Feira 25/09		Sexta-feira 26/09	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, feijão, Estrogonofe de frango, Salada Lanche da tarde: Vitamina de Leite com mamão, Biscoito Refeição da tarde: Sopa de legumes com carne e macarrão	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne de panela com cenoura e batata, Salada Lanche da tarde: canjica Refeição da tarde: Sopa creme		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Macarrão com frango, Salada Lanche da tarde: Milk-shake, Torradinha Refeição da tarde: Macarrão com frango , Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Ovo cozido, Salada Lanche da tarde: Leite, Biscoito Refeição da tarde: Sopa de feijão com legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino) e macarrão		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, carne com molho de tomate, Salada Lanche da tarde: Bolo simples, Leite Refeição da tarde: Pão com carne, Suco	
Composição Nutricional (média semanal)	Energia 835kcal	Carboidratos 110g 53% VET	Proteínas 44,47g -18%VET	Lipídeos 32,7g – 25%VET	Vitamina A 195,53mcg	Vitamina C 64,59mg	Cálcio 518,5mg	Ferro 4,91mg

Obs.1. As frutas deverão ser servidas diariamente após as refeições da manhã e da tarde, de acordo com seu estado de maturação.

2. Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas para não causar engasgo. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso.

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958