



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**Cardápio Ensino Fundamental Escola Esther
Maio 2026**

| | | | | | |
|-----------------|--|---|---|--|--|
| Semana 1 | Segunda 04/05 Arroz, Feijão Ovo mexido Salada | Terça 05/05 Arroz, Feijão Peito de frango no molho com batata Salada | Quarta 06/05 Macarrão com carne Salada | Quinta 07/05 Cachorro-quente Suco | Sexta 08/05 Arroz, Feijão Carne de panela com mandioca Salada |
| | Composição nutricional (Média semanal) | Energia 642Kcal | Carboidratos 93g 56% do VET | Proteínas 27g 18% do VET | Lipídeos 18g 26% do VET |
| Semana 2 | Segunda 11/05 Arroz, Feijão Carne com legumes Salada | Terça 12/05 Arroz, Feijão Sobrecosta refogada Salada | Quarta 13/05 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada | Quinta 14/05 Pão com carne Suco | Sexta 15/05 Risoto de frango Feijão Salada |
| | Composição nutricional (Média semanal) | Energia 648kcal | Carboidratos 89g 56% do VET | Proteínas 28g 17% do VET | Lipídeos 20g 27% do VET |

Obs.

- 1. Na entrada dos alunos servir leite com fruta ou leite com chocolate, biscoito ou bisnaguinha com manteiga.**
- 2. Dois dias na semana servir fruta após as refeições.**

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958

Cardápio sujeito a alteração.



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

| | | | | | |
|-----------------|--|--|--|---|---|
| Semana 3 | Segunda 18/05 Arroz, Feijão Omelete com milho Salada | Terça 19/05 Arroz, Feijão tropeiro Salada | Quarta 20/05 Arroz, Feijão Peixe Salada | Quinta 21/05 Pão com frango Suco | Sexta 22/05 Arroz Feijão Carne com legumes Salada |
| | Composição nutricional (Média semanal) | Energia 651Kcal | Carboidratos 92g 57% do VET | Proteínas 28g 17% do VET | Lipídeos 19g 26% do VET |
| Semana 4 | Segunda 25/05 Polenta com frango Salada | Terça 26/05 Mini-feijoada (Arroz, Feijão preto com carne, Farofa, Salada) | Quarta 27/05 Arroz, Feijão Estrogonofe de frango Salada | Quinta 28/05 Pão com carne Suco | Sexta 29/05 Arroz, Feijão Ovo mexido com tomate Salada |
| | Composição nutricional (Média semanal) | Energia 638Kcal | Carboidratos 89g 56% do VET | Proteínas 30g 19% do VET | Lipídeos 18g 25% do VET |

Obs.

- 1. Na entrada dos alunos servir leite com fruta ou leite com chocolate, biscoito ou bisnaguinha com manteiga.**
- 2. Dois dias na semana servir fruta após as refeições.**

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958

Cardápio sujeito a alteração.