



Segunda- Feira 05/05	Terça- Feira 06/05		Quarta-feira 07/05		Quinta-Feira 08/05		Sexta-feira 09/05	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Ovo mexido, Salada Lanche da tarde: Milk Shake, Torradinha 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, Polenta om frango (polenta, molho de tomate com frango cubos), Salada Lanche da tarde: Bolo de maçã, Leite Refeição da tarde: Polenta com frango (polenta, molho de tomate com frango cubos), Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão tropeiro (feijão carioca, carne, farinha de milho), Salada Lanche da tarde: Vitamina de Leite com mamão, Biscoito Refeição da tarde: Sopa de legumes (mandioquinha, cenoura, vagem) com frango e caldinho de feijão		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Sobrecoxa refogada, Salada Lanche da tarde: Arroz- doce Refeição da tarde: Arroz, Feijão, Sobrecoxa refogada, Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Macarrão com carne, Salada Lanche da tarde: Leite, torradinha Refeição da tarde: Pão com carne no molho, 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 12/05	Terça- Feira 13/05		Quarta-feira 14/05		Quinta-Feira 15/05		Sexta-feira 16/05	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango (iscas de frango, margarina, cebola, farinha de trigo, leite), Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, Biscoito Refeição da tarde: Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango, Salada	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne de panela com cenoura e batata, 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 à bolonhesa (molho de tomate e carne moída), Salada Lanche da tarde: Torta de legumes Refeição da tarde: Macarrão à bolonhesa (molho de tomate e carne moída), Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Tutu de Feijão, Carne suína acebolada, Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com banana, biscoito Refeição da tarde: Sopa de feijão com legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino) e macarrão		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne moída, Salada Lanche da tarde: Canjica 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.



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



CARDÁPIO CIMEI - MAIO 2025

Segunda- Feira 19/05	Terça- Feira 20/05		Quarta-feira 21/05		Quinta-Feira 22/05		Sexta-feira 23/05	
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 de legumes com carne	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada Lanche da tarde: Bolo de cenoura, Leite Refeição da tarde: Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Mini-feijoada (arroz, Feijão preto com carne. Farofa de couve, vinagrete) Lanche da tarde: logurte, Biscoito Refeição da tarde: Mini-feijoada (arroz, Feijão preto com carne. Farofa de couve, vinagrete)		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Omelete de forno (ovo, tomate, cenoura ralada e cheiro-verde), Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com banana. Biscoito Refeição da tarde: Sopa de Arroz, Frango e legumes (cenoura, batata e chuchu)		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Macarrão com frango, Salada Lanche da tarde: Milk-shake, Torradinha Refeição da tarde: Pão com frango no molho, 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 26/05	Terça- Feira 27/05		Quarta-feira 28/05		Quinta-Feira 29/05		Sexta-feira 30/05	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Risoto de frango (arroz, frango cubos no molho de tomate, milho e ervilha, cheiro-verde), Feijão, Salada Lanche da tarde: Milk-shake, Torradinha Refeição da tarde: Canja	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Macarrão com carne, Salada Lanche da tarde: Arroz-doce Refeição da tarde: Macarrão com carne, Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada Lanche da tarde: Bolo simples, Leite Refeição da tarde: Sopa de legumes com carne e macarrão		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Peixe, Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, Biscoito Refeição da tarde: Arroz, Feijão, Peixe, Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, carne moída com batata, Salada Lanche da tarde: Leite com chocolate, torradinha 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