



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



**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**Cardápio Ensino Fundamental - Esther Silva Valente**  
**Junho 2026**

<b>Semana 1</b>	<b>Segunda 01/06</b> Arroz, Feijão Carne moída com legumes (cenoura, vagem e batata) Salada	<b>Terça 02/06</b> Arroz, Feijão Frango refogado Salada	<b>Quarta 03/06</b> Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	<b>Quinta 04/06</b> FERIADO	<b>Sexta 05/06</b> Livre
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 642Kcal	<b>Carboidratos</b> 93g 56% do VET	<b>Proteínas</b> 27g 18% do VET	<b>Lipídeos</b> 18g 26% do VET
<b>Semana 2</b>	<b>Segunda 08/06</b> Arroz, Feijão Ovo mexido Salada	<b>Terça 09/06</b> Arroz, feijão tropeiro Salada	<b>Quarta 10/06</b> Macarrão com carne Salada	<b>Quinta 11/06</b> Pão com carne Suco	<b>Sexta 12/06</b> Arroz, Feijão Peito de frango no molho com batata Salada
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 648kcal	<b>Carboidratos</b> 89g 56% do VET	<b>Proteínas</b> 28g 17% do VET	<b>Lipídeos</b> 20g 27% do VET

**Obs.**

- 1. Na entrada dos alunos servir leite com fruta ou leite com chocolate, biscoito ou bisnaguinha.**
- 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**

**Cardápio Ensino Fundamental - Esther Silva Valente**

<b>Semana 3</b>	<b>Segunda 15/06</b> Arroz, Feijão Omelete com milho Salada	<b>Terça 16/06</b> Risoto de frango Feijão Salada	<b>Quarta 17/06</b> Mini-feijoada (Arroz, Feijão preto com carne, Farofa, Salada)	<b>Quinta 18/06</b> Pão com frango Suco	<b>Sexta 19/06</b> Arroz, Feijão Carne de panela com mandioca Salada
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 651Kcal	<b>Carboidratos</b> 92g 57% do VET	<b>Proteínas</b> 28g 17% do VET	<b>Lipídeos</b> 19g 26% do VET
<b>Semana 4</b>	<b>Segunda 22/06</b> Arroz Feijão Carne moída com tomate Salada	<b>Terça 23/06</b> Arroz, Feijão Estrogonofe de frango Salada	<b>Quarta 24/06</b> Macarrão com carne Salada	<b>Quinta 25/06</b> Cachorro-quente Suco	<b>Sexta 26/06</b> Arroz, Feijão Peixe assado com batata, tomate, cebola e pimentão Salada
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia</b> 638Kcal	<b>Carboidratos</b> 89g 56% do VET	<b>Proteínas</b> 30g 19% do VET	<b>Lipídeos</b> 18g 25% do VET

**Obs.**

- 1. Na entrada dos alunos servir leite com fruta ou leite com chocolate, biscoito ou bisnaguinha.**
- 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**

**Cardápio Ensino Fundamental - Esther Silva Valente**

<b>Semana 5</b>	<b>Segunda 29/06</b> Arroz, Feijão Omelete com milho Salada	<b>Terça 30/06</b> Arroz, Feijão Frango refogado Salada	<b>Quarta 01/07</b> Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	<b>Quinta 02/07</b> Pão com frango Suco	<b>Sexta 03/07</b> Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia</b> 651Kcal	<b>Carboidratos</b> 92g 57% do VET	<b>Proteínas</b> 28g 17% do VET

**Obs.**

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

**Carla Cristina Basso Albertoni**  
**Nutricionista**  
**CRN3 19958**

**Cardápio sujeito a alteração.**