



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



SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**Cardápio Ensino Fundamental - Escola Raul de Paiva Castro
Junho 2026**

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

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

Semana 5	Segunda 29/06 Arroz, Feijão Omelete com milho Salada	Terça 30/06 Arroz, Feijão Frango refogado Salada	Quarta 01/07 Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	Quinta 02/07 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Sexta 03/07 Pão com frango Suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 651Kcal	Carboidratos 92g 57% do VET	Proteínas 28g 17% do VET	Lipídeos 19g 26% 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.