



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



CARDÁPIO CIMEI - Março 2025

Segunda- Feira 03/03	Terça- Feira 04/03		Quarta-feira 05/03		Quinta-Feira 06/03		Sexta-feira 07/03	
			Entrada tarde: Leite e Bisnaguinha Refeição da tarde: Arroz, Feijão tropeiro, Salada		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com batata, Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com banana, biscoito		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango Iscas com tomate, Salada Lanche da tarde: Leite, torradinha 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 10/03	Terça- Feira 11/03		Quarta-feira 12/03		Quinta-Feira 13/03		Sexta-feira 14/03	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne com legumes, Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, biscoito	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Risoto de frango (arroz, frango cubos no molho, cenoura, milho, ervilha e cheiro verde), Feijão, Salada Lanche da tarde: Milk-shake torradinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, carne de panela com mandioca, Salada Lanche da tarde: Bolo de maçã,		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Sobrecoxa assada, Salada Lanche da tarde: Arroz- doce		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã: Macarrão com carne, Salada Lanche da tarde: Salada de frutas 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



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



CARDÁPIO CIMEI - Março 2025

Segunda- Feira 17/03		Terça- Feira 18/03		Quarta-feira 19/03		Quinta-Feira 20/03		Sexta-feira 21/03	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha	
Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Ovo cozido, Cenoura cozida, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada		Refeição da manhã e tarde: Macarrão com carne, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão tropeiro (feijão carioca, carne, farinha de milho), Salada		Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango iscas acebolado, Salada	
Lanche da tarde: Milk-shake, torradinha		Lanche da tarde: Mandioca cozida		Lanche da tarde: Vitamina de leite com mamão, biscoito		Lanche da tarde: Bolo simples, Leite		Lanche da tarde: Leite, torradinha	
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 24/03		Terça- Feira 25/03		Quarta-feira 26/03		Quinta-Feira 27/03		Sexta-feira 28/03	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha	
Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com legumes, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Ovo mexido com tomate, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Frango cubos no molho com batata, Salada		Refeição da manhã e tarde: Macarrão com carne, Salada	
Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, biscoito		Lanche da tarde: Milk shake e torradinha		Lanche da tarde: Torta de carne, Suco		Lanche da tarde: Bolo de banana		Lanche da tarde: Leite com chocolate, biscoito	
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



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

Departamento de Educação

SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



**Cardápio Ensino Fundamental –
Março 2025**

Semana 1	Segunda 03/03 --	Terça 04/03 CARNAVAL	Quarta 05/03 Arroz, Feijão tropeiro, Farofa Salada	Quinta 06/03 Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	Sexta 07/03 Cachorro-quente suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 553,8Kcal	Carboidratos 72g 50% do VET	Proteínas 24,7g 17% do VET	Lipídeos 19g 30% do VET
Semana 2	Segunda 10/03 Arroz Feijão Linguíça assada Salada	Terça 11/03 Risoto de frango (arroz, frango cubos, molho, milho e ervilha, cheiro- verde) Feijão Salada	Quarta 12/03 Arroz Feijão Carne de panela com mandioca Salada	Quinta 13/03 Macarrão com frango Salada	Sexta 14/03 Pão com carne Suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 618kcal	Carboidratos 92g 60% do VET	Proteínas 28g 18% do VET	Lipídeos 16g 22% do VET

Obs.

1.Na entrada dos alunos servir leite com chocolate e biscoito ou torradinha

2.Dois dias na semana servir fruta após as refeições.

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958

Cardápio sujeito a alteração.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. Capitão José Inácio, 389 - Centro.
Telefone: (19) 3899-0708



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



Semana 3	Segunda 17/03 Arroz, Feijão Ovo mexido com cheiro-verde Salada	Terça 18/03 Arroz, Feijão Frango refogado Salada	Quarta 19/03 Macarrão com carne Salada	Quinta 20/03 Arroz Feijão tropeiro (feijão carioca, carne suína, farinha de milho) Salada	Sexta 21/03 Pão com frango Suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 545,90Kcal	Carboidratos 82g 60% do VET	Proteínas 22,3g 16% do VET	Lipídeos 14,3g 23% do VET
Semana 4	Segunda 24/03 Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada	Terça 25/03 Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Quarta 26/03 Arroz Feijão Ovo mexido com tomate Salada	Quinta 27/03 Arroz, Feijão Frango cubos no molho com batata Salada	Sexta 28/03 Pão com carne Suco
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 563,8Kcal	Carboidratos 81,5g 57% do VET	Proteínas 26g 20% do VET	Lipídeos 14g 23% do VET

Obs.

1. Na entrada dos alunos servir leite com chocolate e biscoito ou torradinha

2. Dois dias na semana servir fruta após as refeições.

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958

Cardápio sujeito a alteração.

Departamento de Educação/ Setor de Alimentação Escolar: Av. Capitão José Inácio, 389 - Centro.
Telefone: (19) 3899-0708



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul
Departamento de Educação
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO Pré-escola e PERÍODO INTEGRAL



Março 2025

Segunda- Feira 03/02	Terça- Feira 04/02		Quarta-feira 05/03		Quinta-Feira 06/03		Sexta-feira 07/03	
			Entrada tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da tarde: Arroz, Feijão tropeiro, Salada Lanche da tarde: Milk-shake, bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com batata, Salada Lanche da tarde:, Bolo de cenoura		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, frango iscas com tomate, Salada Refeição da tarde: Cachorro-quente, Suco Lanche da tarde: Leite, torradinha	
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 10/03	Terça- Feira 11/03		Quarta-feira 12/03		Quinta-Feira 13/03		Sexta-feira 14/03	
Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Linguíça, Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, biscoito	Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com molho, Salada Lanche da tarde: Milk-shake torradinha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, carne de panela com batata, Salada Lanche da tarde: Bolo de maçã,		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Risoto de frango (arroz, frango cubos no molho, cenoura, milho, ervilha e cheiro-verde), Feijão, Salada Lanche da tarde: Arroz- doce		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada Refeição da tarde: Pão com carne, Suco Lanche da tarde: Salada de frutas, bolacha	
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

*Sujeito a alteração.

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

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958



Segunda- Feira 17/03		Terça- Feira 18/03		Quarta-feira 19/03		Quinta-Feira 20/03		Sexta-feira 21/03	
Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha	
Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Omelete com milho, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada		Refeição da manhã e tarde: Macarrão com carne, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão tropeiro, Salada		Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango iscas acebolado, Salada	
Lanche da tarde: Milk-shake, torradinha		Lanche da tarde: Mandioca cozida		Lanche da tarde: Vitamina de leite com mamão, biscoito		Lanche da tarde: Bolo simples, Leite		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 24/03		Terça- Feira 25/03		Quarta-feira 26/03		Quinta-Feira 27/03		Sexta-feira 28/03	
Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã e tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha	
Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com legumes, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada		Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Ovo mexido com tomate, Salada		Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango cubos no molho com batata, Salada		Refeição da manhã: Macarrão com carne, Salada	
Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, biscoito		Lanche da tarde: Milk shake e torradinha		Lanche da tarde: Torta de carne, Suco		Lanche da tarde: Bolo de banana		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

*Sujeito a alteração.

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

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul

Departamento de Educação
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA e PERÍODO INTEGRAL

Março 2025

Segunda- Feira 03/03	Terça- Feira 04/03		Quarta-feira 05/03		Quinta-Feira 06/03		Sexta-feira 07/03	
	CARNAVAL		Entrada tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da tarde: Arroz, Feijão tropeiro, Salada Lanche da tarde: Milk-shake, bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com batata, Salada Lanche da tarde:, Bolo de cenoura		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, frango iscas com tomate, Salada Lanche da tarde: Leite, torradinha Refeição da tarde: Cachorro- quente, 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 10/03	Terça- Feira 11/03		Quarta-feira 12/03		Quinta-Feira 13/03		Sexta-feira 14/03	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Linguça, Salada Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, biscoito	Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com molho, Salada Lanche da tarde: Milk-shake torradinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, carne de panela com batata, Salada Lanche da tarde: Bolo de maçã,		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã e tarde: Risoto de frango (arroz, frango cubos no molho, cenoura, milho, ervilha e cheiro-verde), Feijão, Salada Lanche da tarde: Arroz- doce		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada Refeição da tarde: Pão com carne, Suco Lanche da tarde: Salada de frutas, bolacha	
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

*Sujeito a alteração.

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

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958



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



Segunda- Feira 17/03		Terça- Feira 18/03		Quarta-feira 19/03		Quinta-Feira 20/03		Sexta-feira 21/03	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha	
Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Omelete com milho, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada		Refeição da manhã e tarde: Macarrão com carne, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão tropeiro, Salada		Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango iscas acebolado, Salada	
Lanche da tarde: Milk-shake, torradinha		Lanche da tarde: Mandioca cozida		Lanche da tarde: Vitamina de leite com mamão, biscoito		Lanche da tarde: Bolo simples, Leite		Lanche da tarde: Leite, torradinha 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 24/03		Terça- Feira 25/03		Quarta-feira 26/03		Quinta-Feira 27/03		Sexta-feira 28/03	
Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha	
Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com legumes, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada		Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Ovo mexido com tomate, Salada		Refeição da manhã: Arroz, Feijão, Frango cubos no molho com batata, Salada		Refeição da manhã: Macarrão com carne, Salada	
Lanche da tarde: Vitamina de leite com maçã, biscoito		Lanche da tarde: Milk shake e torradinha		Lanche da tarde: Torta de carne, Suco		Lanche da tarde: Bolo de banana		Lanche da tarde: Leite com chocolate, biscoito 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

*Sujeito a alteração.

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

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958