



Prefeitura Municipal da Estância Turística de Monte Alegre do Sul

Departamento de Educação

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO Pré-escola e PERÍODO INTEGRAL

Março 2026



Segunda- Feira 02/03		Terça- Feira 03/03		Quarta-feira 04/03		Quinta-Feira 05/03		Sexta 06/03	
Entrada manhã: Milk shake com bisnaguinha		Entrada manhã: Leite com maçã e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite com mamão, biscoito		Entrada manhã: Bolo de cenoura, Leite	
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, Sobrecoxa refogada, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Ovo mexido, Salada		Refeição da manhã para o Integral: Macarrão com frango, Salada	
Entrada tarde: Milk shake com bisnaguinha		Entrada tarde: Leite com maçã e Bisnaguinha		Entrada tarde: Leite e Bisnaguinha		Entrada tarde: Leite com mamão, biscoito		Entrada tarde: Bolo de cenoura, Leite	
								Lanche para o integral e meio período: 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 09/03		Terça- Feira 10/03		Quarta-feira 11/03		Quinta-Feira 12/03		Sexta-feira 13/03	
Entrada manhã: Milk shake com bisnaguinha		Entrada manhã: Leite com banana e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e Bolo de maçã		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha	
Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango, Salada		Refeição da manhã e tarde: Macarrão à bolonhesa, Salada		Refeição da manhã e tarde: Arroz, feijão preto com carne suína, Farofa de couve, Salada de tomate		Refeição da manhã e da tarde: Risoto de frango, Feijão, Salada		Refeição da manhã para o Integral : Arroz, Feijão, Carne moída com tomate, Salada	
Entrada tarde: Milk shake com bisnaguinha		Entrada tarde: Leite com banana e Bisnaguinha		Entrada tarde: Leite e Bisnaguinha		Entrada tarde: Leite e Bolo de maçã		Entrada tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha	
								Lanche para o integral e meio período: 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.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

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 2026

Segunda- Feira 16/03	Terça- Feira 17/03		Quarta-feira 18/03		Quinta-Feira 19/03		Sexta-feira 20/03	
Entrada manhã: Milk Shake, torradinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Omelete com abobrinha, Salada Entrada tarde: Milk Shake, torradinha	Entrada manhã: Leite com maçã, Bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Polenta, Frango no molho com batata, Salada Entrada tarde: Leite com maçã, Bisnaguinha		Entrada manhã: Canjica Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne de panela com mandioca, Salada Entrada tarde: Canjica		Entrada manhã: Leite com mamão e Biscoito Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne suína acebolada, Salada Entrada tarde: Leite com mamão e Biscoito		Entrada manhã: Leite e bolacha Refeição da manhã para o integral: Macarrão com frango, Salada Entrada tarde: Leite e bolacha Lanche para o integral e meio período: 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 23/03	Terça- Feira 24/03		Quarta-feira 25/03		Quinta-Feira 26/03		Sexta-feira 27/03	
Entrada manhã: Milk Shake, bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Carne moída com mandioquinha, vagem e cenoura, Salada Entrada tarde: Milk Shake, torradinha	Entrada manhã: Leite com banana e Bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão Tropeiro, Salada Entrada tarde: Leite com banana e Bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e bisnaguinha Refeição da manhã e tarde: Arroz, Feijão, Peixe assado (com batata, tomate, cebola e pimentão), Salada Entrada tarde: Leite e bisnaguinha		Entrada manhã: Leite e bolo de laranja Refeição da manhã e tarde: Arroz, feijão, Sobrecoxa de panela, Salada Entrada tarde: Leite e bolo de laranja		Entrada manhã: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Refeição da manhã para o integral: Arroz, Feijão, Ovo cozido, Salada Entrada tarde: Leite e Bisnaguinha ou bolacha Lanche para o integral e meio período: 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.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Carla Cristina Basso Albertoni
Nutricionista
CRN3 19958