



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



**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

**Cardápio Ensino Fundamental Escola Esther  
Abril 2026**

<b>Semana 1</b>	<b>Segunda 30/03</b> Arroz, Feijão Ovo mexido Salada	<b>Terça 31/03</b> Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	<b>Quarta 01/04</b> Macarrão com carne salada	<b>Quinta 02/04</b> livre	<b>Sexta 03/04</b> Feriado
	<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 06/04</b> Arroz, Feijão Omelete com milho Salada	<b>Terça 07/04</b> Arroz, Feijão Carne de panela com mandioca Farofa de couve (farinha de mandioca, couve, cebola)	<b>Quarta 08/04</b> Risoto de frango Feijão Salada	<b>Quinta 09/04</b> Pão com carne Suco	<b>Sexta 10/04</b> Arroz, Feijão Sobrecoca refogada 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 com manteiga.**
- 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**

<b>Semana 3</b>	<b>Segunda 13/04</b> Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada	<b>Terça 14/04</b> Arroz, Feijão tropeiro Salada	<b>Quarta 15/04</b> Polenta com carne Salada	<b>Quinta 16/04</b> Pão com frango Suco	<b>Sexta 17/04</b> Arroz, Feijão Peixe assado com batata, tomate, cebola e pimentão 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 20/04</b> P. Facultativo	<b>Terça 21/04</b> Feriado	<b>Quarta 22/04</b> Arroz, Feijão Ovo mexido com tomate e cheiro- verde Salada	<b>Quinta 23/04</b> Pão com carne Suco	<b>Sexta 24/04</b> Arroz, Feijão Estrogonofe de frango 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 com manteiga.**
- 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**

<b>Semana 5</b>	<b>Segunda 27/04</b> Arroz, Feijão Carne com legumes Salada	<b>Terça 28/04</b> Arroz, Feijão Frango de panela Salada	<b>Quarta 29/04</b> Mini-feijoada (Arroz, Feijão preto com carne, Farofa, Salada)	<b>Quinta 30/04</b> Pão com carne Suco	<b>Sexta 01/05</b> Feriado
	<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	Energia 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 com manteiga.**
- 2. Dois dias na semana servir fruta após as refeições.**

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

**Cardápio sujeito a alteração.**