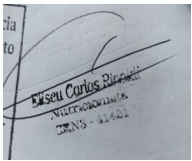


		PREFEITURA MUNICIPAL DE IBITINGA SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO Setor de Alimentação Escolar (16) 3352-9000				
CARDÁPIO MENSAL - EMEF E EE - AGOSTO/2025						
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA - 04/08/2025	TERÇA-FEIRA - 05/08/2025	QUARTA-FEIRA -06/08/2025	QUINTA-FEIRA - 07/08/2025	SEXTA-FEIRA - 08/08/2025	
DESJEJUM/ LANCHE 7H	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	BISCOITO DE POLVILHO OU BOLACHA ÁGUA E SAL E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	FERIADO	BOLACHA DE MAISENA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	
REFEIÇÃO (MANHÃ , TARDE/NOITE) 10H / 20H	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA E SALADA DE TOMATE + SUCO	ARROZ , FEIJÃO, FRANGO REFOGADO DESFIADO, SALADA DE BATATA COM OVO + FRUTA		ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, CARNE PICADA AO MOLHO DE TOMATE, SALADA DE PEPINO EM CUBOS MIUDINHOS + FRUTA	GALINHADA (ARROZ , FRANGO CUBOS OU SOBRECOXA , CENOURA EM CUBOS) , SALADA DE TOMATE PICADA COM CEBOLA + SUCO	
VCT:585,2 kcal Macronutrientes: Carboidratos (147,2), Proteínas (45,7), Lipídeos (136,7) Micronutrientes: Vitamina A (128,7), Vitamina C (70,1), Magnésio (180,78), Ferro (6,98), Zinco (6,7), Cálcio (358,1), Fibras (20)						
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA - 11/08/2025	TERÇA-FEIRA - 12/08/2025	QUARTA-FEIRA -13/08/2025	QUINTA-FEIRA - 14/08/2025	SEXTA-FEIRA - 15/08/2025	
DESJEJUM/ LANCHE 7H	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	BOLO SIMPLES CHOCOLATE E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	BOLACHA DE MAISENA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	
REFEIÇÃO (MANHÃ , TARDE/NOITE) 10H / 20H	RISOTO DE CARNE BOVINA PICADA COM CENOURA E TOMATE + SUCO	ARROZ , FEIJÃO, CARNE BOVINA DE PANELA DESFIADA COM BATATA + FRUTA	ARROZ , FEIJÃO , OMELETE DE FORNO COM TOMATE E CEBOLA , SALADA DE ALFACE + FRUTA	ARROZ , STROGONOFF DE FRANGO COM BATATA ASSADA E SALADA DE ALFACE + FRUTA	ARROZ, POLENTA AO MOLHO DE FRANGO E VINAGRETE + SUCO	
VCT: 496,2 kcal Macronutrientes: Carboidratos (160,7), Proteínas (45,15), Lipídeos (143,61) Micronutrientes: Vitamina A (145,2), Vitamina C (69,2), Magnésio (135,,81), Ferro (7,2), Zinco (5,9), Cálcio (245,1), Fibras (18,40)						
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA - 18/08/2025	TERÇA-FEIRA - 19/08/2025	QUARTA-FEIRA -20/08/2025	QUINTA-FEIRA - 21/08/2025	SEXTA-FEIRA - 22/08/2025	
DESJEJUM/ LANCHE 7H	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	BOLACHA MAISENA OU BISCOITO POLVILHO E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	BOLACHA ÁGUA E SAL E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	
REFEIÇÃO (MANHÃ , TARDE/NOITE) 10H / 20H	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM CENOURA RALADA + SUCO	RISOTO DE FRANGO COM CENOURA, TOMATE , E OVO COZIDO + FRUTA	ARROZ , FEIJÃO PRETO E CARNE SUÍNA REFOGADA DESFIADA , COUVE REFOGADA, FAROFA QUENTE COM TOMATE + FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO REFOGADO COM CENOURA E SALADA DE COUVE + FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO VERMELHO COM FRANGO DESFIADO E SALADA DE BATATA COM OVOS + SUCO	
VCT: 685,7 kcal Macronutrientes: Carboidratos (174,1), Proteínas (45,2), Lipídeos (148,6) Micronutrientes: Vitamina A (128,9), Vitamina C (52,8), Magnésio (146,2), Ferro (9), Zinco (7,12), Cálcio (287,9), Fibras (17,5)						
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 25/08/2025	TERÇA-FEIRA - 26/08/2025	QUARTA-FEIRA -27/08/2025	QUINTA-FEIRA - 28/08/2025	SEXTA-FEIRA - 29/08/2025	
CAFÉ DA MANHA 7h	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	BOLO SIMPLES MESCLADO E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	BISCOITO DE ÁGUA E SAL E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	PÃO DE LEITE C/ MARGARINA E LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 50% CACAU	
ALMOÇO 10h	ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO , BATATA ASSADA + SUCO	ARROZ , FEIJÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM BATATA E CENOURA + FRUTA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE BOVINA ACEBOLADA, SALADA DE TOMATE E ALFACE + FRUTA	ARROZ, FEIJÃO PRETO COZIDO, CARNE SUÍNA DESFIADA REFOGADA , SALADA DE ALFACE + FRUTA	ARROZ , FEIJÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO E SALADA DE BATATA COM OVOS + SUCO	
VCT: 572,2kcal Macronutrientes: Carboidratos (184,4), Proteínas (64,2), Lipídeos (175,15) Micronutrientes: Vitamina A (161,2), Vitamina C (119,8), Magnésio (215,4), Ferro (8,9), Zinco (12,1), Cálcio (578,05), Fibras (22,9)						
RECOMENDA-SE A DIMINUIÇÃO DA UTILIZAÇÃO DE SAL E ÓLEO NAS PREPARAÇÕES						
** O CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES DE LEGUMES E VERDURAS POIS ESTES PODEM VARIAR CONFORME CLIMA E SAZONALIDADE.						



Eliamar C. Tezolin

Nutricionista

CRN-3 74354/P



ELIAMAR C. TEZOLIN

Nutricionista

CRN-3 74354/P



Gabriela Sampaio

Nutricionista

CRN-3 92519



Isabela Morgante

Nutricionista

CRN3 - 42873