



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE MARINGÁ
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO: ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INTEGRAL

(D. Jaime, José Hiran e Silvino Dias)

29 de Abril a 12 de Julho de 2019

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ (7:15)	→ Biscoito doce ou salgado → Chá com açúcar mascavo. (180,44 Kcal)	→ Bisnaguinha com margarina → Leite com achocolatado (327,53 Kcal)	→ Pão de forma com doce de leite → Bebida láctea (292,33 Kcal)	→ Bolo de fubá → Chá mate (197,33 Kcal)	→ Pão de cachorrão com margarina → Leite com achocolatado (303,2 Kcal)
LANCHE (09:30)	→ Canjica (230,3 Kcal)	→ Fruta da época (98,39 Kcal)	→ Fruta da época (71,97 Kcal)	→ Fruta da época (96,63 Kcal)	→ Fruta da época (145,8 Kcal)
ALMOÇO (11:30)	→ Arroz → Feijão → Mini almôndega OU Iscas de carne (Paleta IQF) ao molho → Abóbora Cabotiá refogada (364,1 Kcal)	→ Arroz integral → Feijão → Peito de frango empanado com fubá assado → Salada de repolho com cenoura ralada (349,6 Kcal)	→ Arroz → Feijão c/ beterraba → Bife acebolado → Salada de Pepino (328,28 Kcal)	→ Arroz integral → Feijão → Coxa e sobrecoxa ao molho → Salada de alface (454,6 Kcal)	→ Macarronada à bolonhesa com cubinhos de cenoura → Refogado de legumes (256,35 Kcal)
JANTAR (15:00)	→ Canja de frango com arroz integral e cenoura ralada. (204,47 Kcal)	→ Arroz temperado com cenoura e vagem → Iscas de carne (patinho) ao molho (219,54 Kcal)	→ Canjiquinha mineira com pernil, tomate e couve. (256,01 Kcal)	→ Sopa de legumes (cabotiá e chuchu), carne moída e macarrão ave-maria (172,72 Kcal)	→ Arroz → Tutu de feijão com linguça de frango e abobrinha ralada. → Salada de alface (335,01 Kcal)

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE - Manual de Orientação para Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos.

Milene Mayumi Ribeiro
Matrícula 39064
Nutricionista

Anne Elise Carvalho
Nutricionista

Gisele Colombari Gomes
Secretária Municipal de Educação