



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

CARDÁPIO MAIO 2025

Escolas Rurais

Nutrição Diária:

30%

Faixa Etária:

4 a 9 anos

Categoria:

Ensino fundamental

Refeições:

Pré lanche

Lanche

Pós lanche

Período:

05/05/2025 à 30/05/2025

Nutricionistas:

Andréa R.M.Santos

CRN8 6992

Ana Livia Ribas V.

CRN8 14903

Themis M^a V.M.Pinheiro

CRN8 17058/P

	Segunda (05)	Terça (06)	Quarta (07)	Quinta (08)	Sexta (09)
Pré lanche	CONSELHO DE CLASSE	Bolo com chá Energia: 160,15kcal	Virado de ovo e leite com cacau Energia: 285,03kcal	Mingau de aveia Energia: 165kcal	Vitamina de mamão com biscoito Energia: 218kcal
Lanche	CONSELHO DE CLASSE	Arroz branco Feijão preto Carne suína cozida Purê de batata Salada de alface Energia: 499,26kcal	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela com batata Salada de tomate e alface Energia: 451,84kcal	Polenta cozida Frango ao molho Abobrinhas laminadas Energia: 286,73kcal	Arroz branco Feijão preto Bife grelhado Batata soute Salada de tomate Energia: 397,17kcal
Pós lanche	CONSELHO DE CLASSE	Mamão Energia: 45,34kcal	Ponkan Energia: 56,8kcal	Banana Energia: 82,4kcal	Manga Energia: 58kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	671,51	93	38	17	192,38	4,28	159,86	73,80	349,59

Rodovia Gumercindo Boza, 20762 - CampoMagro PR - CEP:83535-000
Fone: (41)3677-7823. E-mail: semec@campomagro.pr.gov.br



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

	Segunda (12)	Terça (13)	Quarta (14)	Quinta (15)	Sexta (16)
Pré lanche	Biscoito com leite e cacau Energia: 266,25kcal	Torta de legumes com chá Energia: 249,7kcal	Virado de ovos com chá Energia: 212,66kcal	Mingau de maisena com cacau Energia: 249kcal	Biscoito salgado e vitamina de mamão Energia: 218kcal
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Carne ao molho com batata Salada de alface Energia: 476,8kcal	Polenta cozida Sobrecoca ao molho Salada de tomate Energia: 285,66kcal	Arroz branco Feijão preto Bife acebolado Espinafre Energia: 448,63kcal	Risoto de frango Abobrinha refogada Energia: 374,32kcal	Arroz branco Feijão carioca Pernil refogado Batata rústica Salada de tomate Energia: 462,8kcal
Pós lanche	Maçã Energia: 72,2kcal	Ponkan Energia: 56,8kcal	Mamão Energia: 45,34kcal	Laranja Energia: 25,8kcal	Banana Energia: 82,4kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	705,22	107	35	16	167,51	5,07	132,92	64,59	552,53

	Segunda (19)	Terça (20)	Quarta (21)	Quinta (22)	Sexta (23)
Lanche da manhã	Leite com chá e canela (opcional) Energia: 227,17kcal	Bolo com chá Energia: 160,15kcal	Virado de ovo e leite com cacau Energia: 285,03kcal	Mingau de aveia Energia: 165kcal	Vitamina de mamão com biscoito Energia: 218kcal
Almoço	Macarronada ao molho bolonhesa Salada de alface e tomate Energia: 399kcal	Arroz branco Feijão preto Carne suína cozida Purê de batata Salada de alface Energia: 499,26kcal	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela com batata Salada de tomate e alface Energia: 451,84kcal	Polenta cozida Frango ao molho Abobrinhas laminadas Energia: 286,73kcal	Arroz branco Feijão preto Bife grelhado Batata soute Salada de tomate Energia: 397,17kcal
Pós lanche	Laranja Energia: 25,74kcal	Mamão Energia: 45,34kcal	Ponkan Energia: 56,8kcal	Banana Energia: 82,4kcal	Manga Energia: 58kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	671,51	93	38	17	192,38	4,28	159,86	73,80	349,59

Rodovia Gumercindo Boza, 20762 - CampoMagro PR - CEP:83535-000
Fone: (41)3677-7823. E-mail: semec@campomagro.pr.gov.br



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

	Segunda (26)	Terça (27)	Quarta (28)	Quinta (29)	Sexta (30)
Lanche da manhã	Biscoito com leite e cacau Energia: 266,25kcal	Torta de legumes com chá Energia: 249,7kcal	Virado de ovos com chá Energia: 212,66kcal	Mingau de maisena com cacau Energia: 249kcal	Biscoito salgado e vitamina de mamão Energia: 218kcal
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Carne ao molho com batata Salada de alface Energia: 476,8kcal	Polenta cozida Sobrecoca ao molho Salada de tomate Energia: 285,66kcal	Arroz branco Feijão preto Bife acebolado Espinafre Energia: 448,63kcal	Risoto de frango Abobrinha refogada Energia: 374,32kcal	Arroz branco Feijão carioca Pernil refogado Batata rústica Salada de tomate Energia: 462,8kcal
Pós lanche	Maçã Energia: 72,2kcal	Ponkan Energia: 56,8kcal	Mamão Energia: 45,34kcal	Laranja Energia: 25,8kcal	Banana Energia: 82,4kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	705,22	107	35	16	167,51	5,07	132,92	64,59	552,53

*** A oferta de fruta do dia poderá ser alterada, conforme o grau de maturação.**

*** O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, devido à safra de algumas frutas e verduras ou outras intercorrências.**