



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

CARDÁPIO JULHO/AGOSTO 2025

Ensino Fundamental
Integral

Nutrição Diária:

70%

Faixa Etária:

4 a 5 anos

Categoria:

Ensino fundamental

Refeições:

Desjejum

Almoço

Lanche da tarde

Pós lanche

Período:

28/07/2025 à 29/08/2025

Nutricionistas:

Andréa R.M.Santos

CRN8 6992

Ana Livia Ribas V.

CRN8 14903

Themis M^a V.M.Pinheiro

CRN8 17058/P

	Segunda (28)	Terça (29)	Quarta (30)	Quinta (31)	Sexta (01)
Lanche da manhã	Biscoito doce e leite com cacau Energia:214,75kcal	Vitamina de morango com aveia Energia: 121,50kcal	Bolo montanha russa e chá de erva doce Energia:161,50 kcal	Pão com margarina e suco de uva Energia:225,75kcal	Ovos mexidos e chá de hortelã Energia:75,90kcal
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango acebolado Salada Energia: 262,82kcal	Arroz branco Feijão preto Polenta cozida Carne moída Salada Energia: 281,53kcal	Quirera Pernil suíno assado Legumes refogados Energia:155,98 kcal	Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Abobrinha refogada Energia: 288,16kcal	Arroz branco Feijão preto Carne de panela com batata em cubos Salada Energia:326,47kcal
Lanche da tarde	Risoto de frango Energia: 267kcal	Macarronada com carne moída Energia: 232,98kcal	Sopa de legumes com pernil Energia: 109,50kcal	Canjica Energia: 89,40kcal	Sopa de feijão com macarrão Energia: 88,50kcal
Pós lanche	Banana Energia: 54,92kcal	Maçã Energia:44,41kcal	Ponkan Energia: 30,26kcal	Caqui Energia: 57,08kcal	Laranja Energia: 22,06kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	607,30	93	29	14	95,82	4,21	1243,94	32,44	523,89

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(04)	Terça (05)	Quarta (06)	Quinta (07)	Sexta (08)
Lanche da manhã	Virado de ovos Suco de laranja Energia:138,16kcal	Biscoito salgado Leite com cacau Energia: 214,75kcal	Vitamina de banana com aveia Energia: 151,88kcal	Pão com margarina Chá de capim cidreira Energia 181,13kcal	Mingau de aveia com cacau Energia: 165kcal
Almoço	Arroz branco Feijão preto Coxa e sobrecoxa assada Salada Energia: 337,50kcal	Arroz branco Feijão carioca Macarrão Carne moída Salada Energia: 409,62kcal	Arroz branco Lentilha Purê de batata Frango ao molho Salada Energia: 294,58kcal	Polenta cozida Carne suína desfiada Abobrinha refogada Energia: 263,41kcal	Arroz branco Feijão carioca Farofa de ovo Isclas de carne Salada Energia: 389,42kcal
Lanche da tarde	Canja de galinha Energia: 78,06kcal	Quirera com carne moída Energia: 134,89kcal	Sopa de frango, macarrão e legumes Energia:109,5kcal	Sagu de uva e creme branco Energia: 107,28kcal	Sopa de carne com legumes Energia: 109,5kcal
Pós lanche	Caqui Energia: 46,38kcal	Ponkan Energia: 30,26kcal	Maçã Energia:44,41kcal	Banana Energia:64,07kcal	Laranja Energia: 25,74kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	659,10	97	34	16	121,60	3,99	1478,95	32,42	422,18

	Segunda(11)	Terça (12)	Quarta (13)	Quinta (14)	Sexta (15)
Lanche da manhã	Biscoito doce e leite com cacau Energia:214,75kcal	Vitamina de morango com aveia Energia: 121,50kcal	Bolo montanha russa e chá de erva doce Energia:161,50 kcal	Pão com margarina e suco de uva Energia:225,75kcal	Ovos mexidos e chá de hortelã Energia:75,90kcal
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango acebolado Salada Energia: 262,82kcal	Arroz branco Feijão preto Polenta cozida Carne moída Salada Energia: 281,53kcal	Quirera Pernil suíno assado Legumes refogados Energia:155,98 kcal	Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Abobrinha refogada Energia: 288,16kcal	Arroz branco Feijão preto Carne de panela com batata em cubos Salada Energia:326,47kcal
Lanche da tarde	Risoto de frango Energia: 267kcal	Macarronada com carne moída Energia: 232,98kcal	Sopa de legumes com pernil Energia: 109,50kcal	Canjica Energia: 89,40kcal	Sopa de feijão com macarrão Energia: 88,50kcal
Pós lanche	Banana Energia: 54,92kcal	Maçã Energia:44,41kcal	Ponkan Energia: 30,26kcal	Caqui Energia: 57,08kcal	Laranja Energia: 22,06kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
------------------------	----------------	--------	--------	--------	-------------	------------	---------------	-----------------	------------

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

Média semanal	607,30	93	29	14	95,82	4,21	1243,94	32,44	523,89
	Segunda (18)	Terça (19)	Quarta (20)	Quinta (21)	Sexta (22)				
Lanche da manhã	Virado de ovos Suco de laranja Energia:138,16kcal	Biscoito salgado Leite com cacau Energia: 214,75kcal	Vitamina de banana com aveia Energia: 151,88kcal	Pão com margarina Chá de capim cidreira Energia 181,13kcal	RECESSO				
Almoço	Arroz branco Feijão preto Coxa e sobrecoxa assada Salada Energia: 337,50kcal	Arroz branco Feijão carioca Macarrão Carne moída Salada Energia: 409,62kcal	Arroz branco Lentilha Purê de batata Frango ao molho Salada Energia: 294,58kcal	Polenta cozida Carne suína desfiada Abobrinha refogada Energia: 263,41kcal	RECESSO				
Lanche da tarde	Canja de galinha Energia: 78,06kcal	Quirera com carne moída Energia: 134,89kcal	Sopa de frango, macarrão e legumes Energia:109,5kcal	Sagu de uva e creme branco Energia: 107,28kcal	RECESSO				
Pós lanche	Caqui Energia: 46,38kcal	Ponkan Energia: 30,26kcal	Maçã Energia:44,41kcal	Banana Energia:64,07kcal	RECESSO				

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	659,10	97	34	16	121,60	3,99	1478,95	32,42	422,18

	Segunda(25)	Terça (26)	Quarta (27)	Quinta (28)	Sexta (29)				
Lanche da manhã	RECESSO	Vitamina de morango com aveia Energia: 121,50kcal	Bolo montanha russa e chá de erva doce Energia:161,50 kcal	Pão com margarina e suco de uva Energia:225,75kcal	Ovos mexidos e chá de hortelã Energia:75,90kcal				
Almoço	RECESSO	Arroz branco Feijão preto Polenta cozida Carne moída Salada Energia: 281,53kcal	Quirera Pernil suíno assado Legumes refogados Energia:155,98 kcal	Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Abobrinha refogada Energia: 288,16kcal	Arroz branco Feijão preto Carne de panela com batata em cubos Salada Energia:326,47kcal				
Lanche da tarde	RECESSO	Macarronada com carne moída Energia: 232,98kcal	Sopa de legumes com pernil Energia: 109,50kcal	Canjica Energia: 89,40kcal	Sopa de feijão com macarrão Energia: 88,50kcal				
Pós lanche	RECESSO	Maçã Energia:44,41kcal	Ponkan Energia: 30,26kcal	Caqui Energia: 57,08kcal	Laranja Energia: 22,06kcal				

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

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	607,30	93	29	14	95,82	4,21	1243,94	32,44	523,89

- * 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.