



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

CARDÁPIO JULHO/AGOSTO 2025

Escolas municipais

Nutrição Diária:

30%

Faixa Etária:

4 a 10 anos

Categoria:

Ensino fundamental

Refeições:

Pré lanche

Lanche

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)
Pré lanche	Biscoito Leite com cacau Energia:204,10kcal	Vitamina de morango com aveia Energia:121,5kcal	Bolo "montanha russa" Chá Energia:257,5kcal	Pão com margarina Suco de uva Energia:237,64kcal	Ovos mexidos Chá Energia:108,83kcal
Lanche	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango grelhado cebola Salada Energia: 429,87kcal	Arroz branco Feijão Preto Polenta cozida Carne moída Salada Energia: 311,6kcal	Quirera Pernil assado Legumes Energia:280,48 kcal	Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Abobrinha refogada Energia: 429,52kcal	Arroz branco Feijão preto Bife de panela com batata em cubos Salada Energia:487,74 kcal
Pós lanche	Banana Energia: 73,22kcal	Maçã Energia:49,96kcal	Ponkan Energia: 37,83kcal	Caqui Energia: 57kcal	Laranja Energia: 25,7kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	675,6	99	34	16	107,3	5,14	47,75	32,85	273,48

Rodovia Gumerindo 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)
Pré lanche	Virado de ovos Suco de laranja Energia:202,4kcal	Biscoito salgado Leite com cacau Energia:282,78kcal	Vitamina de banana com aveia Energia: 151,88kcal	Pão com margarina Chá Energia:193,02kcal	Mingau de aveia Energia: 165kcal
Lanche	Arroz branco Feijão preto Coxa e sobrecoxa assada Salada Energia:595,21kcal	Arroz branco Feijão carioca Macarrão Carne moída ao molho de tomate Salada Energia:529,93kcal	Arroz branco Lentilha Purê de batata Frango ao molho Salada Energia: 481,08kcal	Polenta cozida Carne suína desfiada Abobrinha refogada Energia:315,78kcal	Arroz branco Feijão carioca Farofa Isclas de carne Salada Energia:580,27kcal
Pós lanche	Caqui Energia:57kcal	Ponkan Energia:37,83kcal	Maçã Energia:49,96 kcal	Banana Energia:73,22kcal	Laranja Energia: 25,7kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	754,51	113	38	18	157,67	5,53	61,58	35,56	354,05

	Segunda(11)	Terça (12)	Quarta (13)	Quinta (14)	Sexta (15)
Pré lanche	Biscoito Leite com cacau Energia:204,10kcal	Vitamina de morango com aveia Energia:121,5kcal	Bolo "montanha russa" Chá Energia:257,5kcal	Pão com margarina Suco de uva Energia:237,64kcal	Ovos mexidos Chá Energia:108,83kcal
Lanche	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango grelhado cebola Salada Energia: 429,87kcal	Arroz branco Feijão Preto Polenta cozida Carne moída Salada Energia: 311,6kcal	Quirera Pernil assado Legumes Energia:280,48 kcal	Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Abobrinha refogada Energia: 429,52kcal	Arroz branco Feijão preto Bife de panela com batata em cubos Salada Energia:487,74 kcal
Pós lanche	Banana Energia: 73,22kcal	Maçã Energia:49,96kcal	Ponkan Energia: 37,83kcal	Caqui Energia: 57kcal	Laranja Energia: 25,7kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	675,6	99	34	16	107,3	5,14	47,75	32,85	273,48

Rodovia Gumerindo 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 (18)	Terça (19)	Quarta (20)	Quinta (21)	Sexta (22)
Pré lanche	Virado de ovos Suco de laranja Energia:202,4kcal	Biscoito salgado Leite com cacau Energia:282,78kcal	Vitamina de banana com aveia Energia: 151,88kcal	Pão com margarina Chá Energia:193,02kcal	RECESSO
Lanche	Arroz branco Feijão preto Coxa e sobrecoca assada Salada Energia:595,21kcal	Arroz branco Feijão carioca Macarrão Carne moída ao molho de tomate Salada Energia:529,93kcal	Arroz branco Lentilha Purê de batata Frango ao molho Salada Energia: 481,08kcal	Polenta cozida Carne suína desfiada Abobrinha refogada Energia:315,78kcal	RECESSO
Pós lanche	Caqui Energia:57kcal	Ponkan Energia:37,83kcal	Maçã Energia:49,96 kcal	Banana Energia:73,22kcal	RECESSO

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	754,51	113	38	18	157,67	5,53	61,58	35,56	354,05

	Segunda(25)	Terça (26)	Quarta (27)	Quinta (28)	Sexta (29)
Pré lanche	RECESSO	Vitamina de morango com aveia Energia:121,5kcal	Bolo “montanha russa” Chá Energia:257,5kcal	Pão com margarina Suco de uva Energia:237,64kcal	Ovos mexidos Chá Energia:108,83kcal
Lanche	RECESSO	Arroz branco Feijão Preto Polenta cozida Carne moída Salada Energia: 311,6kcal	Quirera Pernil assado Legumes Energia:280,48 kcal	Arroz branco Feijão carioca Estrogonofe de frango Abobrinha refogada Energia: 429,52kcal	Arroz branco Feijão preto Bife de panela com batata em cubos Salada Energia:487,74 kcal
Pós lanche	RECESSO	Maçã Energia:49,96kcal	Ponkan Energia: 37,83kcal	Caqui Energia: 57kcal	Laranja Energia: 25,7kcal

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

Rodovia Gumerindo 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	675,6	99	34	16	107,3	5,14	47,75	32,85	273,48
------------------	-------	----	----	----	-------	------	-------	-------	--------

*** 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.**