



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

CARDÁPIO SETEMBRO 2025

Escolas municipais

Nutrição Diária:

30%

Faixa Etária:

4 a 10 anos

Categoria:

Ensino fundamental

Refeições:

Pré lanche

Lanche

Pós lanche

Período:

01/09/2025 à 30/09/2025

Nutricionistas:

Andréa R.M.Santos

CRN8 6992

Ana Livia Ribas V.

CRN8 14903

Themis M^a V.M.Pinheiro

CRN8 17058/P

	Segunda (01)	Terça (02)	Quarta (03)	Quinta (04)	Sexta (05)
Pré lanche	Biscoito Leite com cacau Energia:314,5kcal	Mingau de aveia Energia:165,0kcal	Canjica Energia:286,0kcal	Pão com ovos mexidos Suco de laranja Energia:306,0kcal	Biscoito Vitamina de fruta Energia:301,0kcal
Lanche	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela Salada Energia:484,9kcal	Arroz branco Feijão preto Peito de frango acebolado Legumes Energia: 513,68kcal	Macarrão com carne moída e molho de tomate Salada Energia: 585,6kcal	Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa grelhada Legumes Energia: 520,31kcal	Arroz branco Feijão preto Pernil suíno ao molho Batata sauté Salada Energia:558,9kcal
Pós lanche	Fruta Energia:~73,2kcal	Fruta Energia:~49,9kcal	Fruta Energia:~37,8kcal	Fruta Energia:~32,7kcal	Fruta Energia:~54,6kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	826,33	122	47	17	182	5,0	350	35,0	327,14

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(08)	Terça (09)	Quarta (10)	Quinta (11)	Sexta (12)
Pré lanche	Virado de ovos com chá Energia:178,45kcal	Bolo Leite com cacau Energia: 313,18kcal	Sagu com creme branco Energia:227,14kcal	Pão com margarina Suco de uva Energia: 193,0kcal	Biscoito salgado com chá, leite e canela Energia: 144,1kcal
Lanche	Arroz branco Feijão preto Isclas de frango Legumes Energia:513,68kcal	Arroz Feijão carioca Polenta Carne suína ao molho Salada Energia: 528,15kcal	Arroz branco Strogonoff de carne Purê de batata Legumes Energia: 375,0kcal	Arroz branco Feijão preto Quirera Frango ao molho Salada Energia:568,0kcal	Arroz branco Lentilha Bife grelhado Legumes Energia:517,53kcal
Pós lanche	Fruta Energia:~80kcal	Fruta Energia:~37,8kcal	Fruta Energia:~55,5 kcal	Fruta Energia:~73,2kcal	Fruta Energia:~45,4kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	765,78	115	39	17	350	2,0	147	35	288,35

	Segunda(15)	Terça (16)	Quarta (17)	Quinta (18)	Sexta (19)
Pré lanche	Biscoito Leite com cacau Energia:314,5kcal	Mingau de aveia Energia:165,0kcal	Canjica Energia:286,0kcal	Pão com ovos mexidos Suco de laranja Energia:306,0kcal	Biscoito Vitamina de fruta Energia:301,0kcal
Lanche	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela Salada Energia:484,9kcal	Arroz branco Feijão preto Peito de frango acebolado Legumes Energia: 513,68kcal	Macarrão com carne moída e molho de tomate Salada Energia: 585,6kcal	Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa grelhada Legumes Energia: 520,31kcal	Arroz branco Feijão preto Pernil suíno ao molho Batata sauté Salada Energia:558,9kcal
Pós lanche	Fruta Energia:~73,2kcal	Fruta Energia:~49,9kcal	Fruta Energia:~37,8kcal	Fruta Energia:~32,7kcal	Fruta Energia:~54,6kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	826,33	122	47	17	182	5,0	350	35,0	327,14

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 (22)	Terça (23)	Quarta (24)	Quinta (25)	Sexta (26)
Pré lanche	Virado de ovos com chá Energia: 178,45kcal	Bolo Leite com cacau Energia: 313,18kcal	Sagu com creme branco Energia: 227,14kcal	Pão com margarina Suco de uva Energia: 193,0kcal	Biscoito salgado com chá, leite e canela Energia: 144,1kcal
Lanche	Arroz branco Feijão preto Isclas de frango Legumes Energia: 513,68kcal	Arroz Feijão carioca Polenta Carne suína ao molho Salada Energia: 528,15kcal	Arroz branco Strogonoff de carne Purê de batata Legumes Energia: 375,0kcal	Arroz branco Feijão preto Quirera Frango ao molho Salada Energia: 568,0kcal	Arroz branco Lentilha Bife grelhado Legumes Energia: 517,53kcal
Pós lanche	Fruta Energia: ~80kcal	Fruta Energia: ~37,8kcal	Fruta Energia: ~55,5 kcal	Fruta Energia: ~73,2kcal	Fruta Energia: ~45,4kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	765,78	115	39	17	350	2,0	147	35	288,35

	Segunda (29)	Terça (30)
Pré lanche	Biscoito Leite com cacau Energia: 314,5kcal	Mingau de aveia Energia: 165,0kcal
Lanche	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela Salada Energia: 484,9kcal	Arroz branco Feijão preto Peito de frango acebolado Legumes Energia: 513,68kcal
Pós lanche	Fruta Energia: ~73,2kcal	Fruta Energia: ~49,9kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	683,31	106	36	14	190,83	5,70	2524,37	43,12	384,92

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

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

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