



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

CARDÁPIO SETEMBRO 2025

Escolas municipais
SEM LACTOSE

Nutrição Diária:
30%

Faixa Etária:
4 a 10anos

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 maisena Leite sem lactose com cacau Energia:314,5kcal	Mingau de aveia(leite sem lactose) Energia:165,0kcal	Canjica(leite sem lactose) Energia:286,0kcal	Pão francês com ovos mexidos Suco de laranja Energia:306,0kcal	Biscoito maisena Vitamina de fruta(leite sem lactose) Energia:301,0kcal
Lanche	Arroz branco Feijão carioca Carne de panela Salada Energia:484,9kcal	Arroz branco Feijão preto Peito de frango cebollado 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 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(08)	Terça (09)	Quarta (10)	Quinta (11)	Sexta (12)
Pré lanche	Virado de ovos com chá Energia:178,45kcal	Bolo (leite sem lactose) Leite sem lactose com cacau Energia: 313,18kcal	Sagu com creme branco(leite sem lactose) Energia:227,14kcal	Pão francês com margarina sem lactose Suco de uva Energia: 193,0kcal	Biscoito salgado com chá, leite sem lactose 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 Isclas de carne Batata cozida 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:~55,5kcal	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 maisena Leite sem lactose com cacau Energia:314,5kcal	Mingau de aveia (leite sem lactose) Energia:165,0kcal	Canjica (leite sem lactose) Energia:286,0kcal	Pão francês com ovos mexidos Suco de laranja Energia:306,0kcal	Biscoito maisena Vitamina de fruta (leite sem lactose) 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



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 sem lactose) Leite sem lactose com cacau Energia: 313,18kcal	Sagu com creme branco (leite sem lactose) Energia:227,14kcal	Pão francês com margarina sem lactose Suco de uva Energia: 193,0kcal	Biscoito salgado com chá, leite sem lactose 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 Isclas de carne Batata cozida 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:~55,5kcal	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 maisena Leite sem lactose com cacau Energia:314,5kcal	Mingau de aveia (leite sem lactose) 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

* 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.

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