



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPO MAGRO

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CULTURA, ESPORTE E LAZER

CARDÁPIO SETEMBRO 2025

Escolas municipais
DIABETES

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 integral com Leite com cacau (com adoçante) Energia: 314,5kcal	Mingau de aveia (com adoçante) Energia: 165,0kcal	Canjica (com adoçante) Energia: 286,0kcal	Pão integral com ovos mexidos Suco de laranja Energia: 306,0kcal	Biscoito sem açúcar Vitamina de fruta com aveia (com adoçante) Energia: 301,0kcal
Lanche	Arroz integral Feijão carioca Carne de panela Salada Energia: 484,9kcal	Arroz integral Feijão preto Peito de frango Acelado Legumes Energia: 513,68kcal	Macarrão integral com carne moída e molho de tomate Salada Energia: 585,6kcal	Arroz integral Feijão carioca Coxa e sobrecoxa grelhada Legumes Energia: 520,31kcal	Arroz integral Feijão preto Pernil suíno ao molho 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 - Campo Magro 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 (com adoçante) Energia:178,45kcal	Biscoito sem açúcar Leite com cacau (com adoçante) Energia: 313,18kcal	Sagucom creme branco (com adoçante) Energia:227,14kcal	Pão integral com margarina Suco de uva Energia: 193,0kcal	Biscoito integral salgado com chá, leite e canela (com adoçante) Energia: 144,1kcal
Lanche	Arroz integral Feijão preto Isclas de frango Legumes Energia:513,68kcal	Arroz integral Feijão carioca Carne suína ao molho Salada Energia: 528,15kcal	Arroz integral Strogonoff de carne Legumes Energia: 375,0kcal	Arroz integral Feijão preto Frango ao molho Salada Energia:568,0kcal	Arroz integral 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 integral Leite com cacau (com adoçante) Energia:314,5kcal	Mingau de aveia (com adoçante) Energia:165,0kcal	Canjica (com adoçante) Energia:286,0kcal	Pão integral com ovos mexidos Suco de laranja Energia:306,0kcal	Biscoito sem açúcar Vitamina de fruta com aveia (com adoçante) Energia:301,0kcal
Lanche	Arroz integral Feijão carioca Carne de panela Salada Energia:484,9kcal	Arroz integral Feijão preto Peito de frango acebolado Legumes Energia: 513,68kcal	Macarrão integral com carne moída e molho de tomate Salada Energia: 585,6kcal	Arroz integral Feijão carioca Coxa e sobrecoxa grelhada Legumes Energia: 520,31kcal	Arroz integral Feijão preto Pernil suíno ao molho 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 (com adoçante) Energia:178,45kcal	Biscoito sem açúcar Leite com cacau (com adoçante) Energia: 313,18kcal	Sagu com creme branco (com adoçante) Energia:227,14kcal	Pão integral com margarina Suco de uva Energia: 193,0kcal	Biscoito integral salgado com chá, leite e canela (com adoçante) Energia: 144,1kcal
Lanche	Arroz integral Feijão preto Isclas de frango Legumes Energia:513,68kcal	Arroz integral Feijão carioca Carne suína ao molho Salada Energia: 528,15kcal	Arroz integral Strogonoff de carne Legumes Energia: 375,0kcal	Arroz integral Feijão preto Frango ao molho Salada Energia:568,0kcal	Arroz integral 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 integral Leite com cacau (com adoçante) Energia:314,5kcal	Mingau de aveia (com adoçante) Energia:165,0kcal
Lanche	Arroz integral Feijão carioca Carne de panela Salada Energia:484,9kcal	Arroz integral 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.