

**CARDÁPIO MARÇO ESCOLA ARISTIDES
2024**



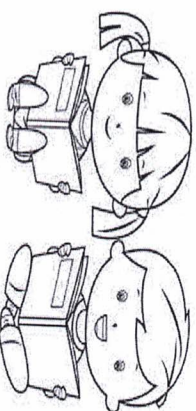
**MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

REFEIÇÃO	SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
	04/03	05/03	06/03	07/03	08/03					
CAFÉ DA MANHÃ – 8:00h	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha maisena Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Bolacha rosquinha Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g					
	LANCHE DA TARDE – 09:30 às 10:15h	Pão dog c/ margarina Chá Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Mingau de chocolate (50%) Banana. Kcal: 152,5 CHO: 28,2g PTN: 4,4g LÍP: 2,7g	Pão francês requeijão Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Torta de frango com legumes Chá Kcal: 200,5	Pão dog c/ manteiga Chá Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g				
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Arroz/Feijão Macarrão (Ave Maria) com carne moída Chuchu cozido Maçã Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	Arroz/Feijão Carne bovina em iscas com batata e pimentão Alface e repolho Abacaxi Kcal: 274 CHO: 16,6g PTN: 15,7g LÍP: 15,8g	Arroz/Feijão Carne em iscas c/ mandioca Couve refogada e alface Laranja Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	Arroz com frango e milho Feijão Beterraba Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne em iscas Abobrinha cozida Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g					
	COLAÇÃO – 14:30 às 15:00h	Pão dog c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Pão francês requeijão Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Torta de frango com legumes Chá Kcal: 200,5	Pão dog c/ manteiga Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g				

Responsável Técnica:
PATRICIA DELGADO FLORIANO
CRN Nº 10995

Patricia Delgado Floriano
CRN 10995
Nutricionista

Patricia Floriano



CARDÁPIO MARÇO ESCOLA ARISTIDES
2024



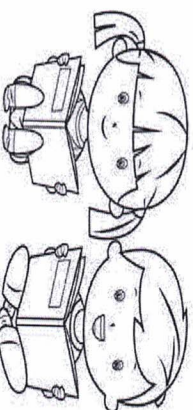
MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
	11/03	12/03	13/03	14/03	15/03					
CAFÉ DA MANHÃ – 8:00h	Bolacha rosquinha Açocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha maisena Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Açocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Açocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Açocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g					
	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão francês c/ carne molda Açocolatado Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Pão dog c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão doce Chá Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Bolo banana com aveia Chá Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g					
LANCHE DA TARDE – 09:30 às 10:15h	Arroz/Feijão Almôndegas ao molho	Arroz/ Feijão Quirera com carne em iscas	Arroz/ Feijão Macarrão com frango desfiado	Arroz Virado de feijão com couve	Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne em iscas					
	Purê de batata Repolho e chuchu Maçã Kcal: 246 CHO: 30,8g PTN: 16,2g LÍP: 6,4g	Couve refogada e alface Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	Beterraba Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	Frango ao molho Repolho Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	Abobrinha refogada Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g					
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Cereal c/ iogurte Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Pão francês c/ carne molda Açocolatado Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Pão dog c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão dog c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Mingau de chocolate (50%) Banana Kcal: 152,5 CHO: 28,2g PTN: 4,4g LÍP: 2,7g					
	COLAÇÃO – 14:30 às 15:00h									

Responsável Técnica:
PATRICIA DELGADO FLORIANO
CRN Nº 10995

Patrícia Delgado Floriano
CRN 10995
Nutricionista

Patrícia Delgado Floriano



CARDÁPIO MARÇO ESCOLA ARISTIDES
2024



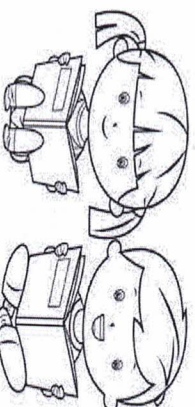
MUNICÍPIO DE SENEGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ – 8:00h	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha maisena Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Bolacha rosquinha Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g
LANCHE DA TARDE – 09:30 às 10:15h	Pão francês com requeijão Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Pão dog c/ manteiga Chá Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Bolo fubá Leite Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Arroz/feijão Carne bovina em iscas ao molho Repolho e beterraba Maçã Kcal: 269 CHO: 32,2g PTN: 18,2g LÍP: 7,8g	Arroz /Feijão Frango ao molho Abobrinha e alface Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	Arroz/Feijão Macarrão com carne moida e cenoura Chuchu Laranja Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	Arroz/ Feijão Sopa de frango com mandioca Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne moida Abobrinha refogada Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g
COLAÇÃO – 14:30 às 15:00h	Pão francês requeijão Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão dog manteiga Achocolatado Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Bolo banana com aveia Chá Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g	Bolo fubá Chá Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g

Responsável Técnica:
PATRICIA DELGADO FLORIANO
CRN Nº 10995

Patricia Delgado Floriano
CRN 10995
Nutricionista

Patricia Floriano



**CARDÁPIO MARÇO ESCOLA ARISTIDES
2024**



**MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

REFEIÇÃO	SEGUNDA 25/03	TERÇA 26/03	QUARTA 27/03	QUINTA 28/03	SEXTA 29/03
CAFÉ DA MANHÃ – 8:00h	Bolacha rosquinha Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha maisena Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g		
LANCHE DA TARDE – 09:30 às 10:15h	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão dog c/ manteiga Achocolatado 50% Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Bolo laranja Chá Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g		
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne em iscas Beterraba Maçã Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	Arroz/Feijão Arroz/ Feijão Quireira com frango Couve refogada Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	Arroz/Feijão Macarrão com carne moída Abobrinha cozida Laranja Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	RECESSO	FERIADO
COLAÇÃO – 14:30 às 15:00h	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Pão dog c/ carne moída Chá Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Bolo laranja Chá Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g		

Responsável Técnica:
PATRICIA DELGADO FLORIANO
CRN Nº 10995

Patrícia Delgado Floriano
CRN 10995
Nutricionista

Patrícia D. Floriano

