



MUNICÍPIO DE SENGÉS

Rua Santa Terezinha, 15, Centro – Sengés - PR - CEP: 84220-000 - Fone: (43) 3567-3170.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO MARÇO 2024 MANHÃ E TARDE

E.M. "LHUBINA B. DA ROSA"

| Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira |
|---|---|--|---|---|
| | | | | <u>01/03</u> FERIADO |
| <u>04/03</u> Macarrão (Ave Maria) com carne moída Chuchu cozido Maçã Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g | <u>05/03</u> Arroz/Feijão Frango ao molho c/ milho Couve e alface Banana Kcal: 274 CHO: 16,6g PTN: 15,7g LÍP: 15,8g | <u>06/03</u> Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne em iscas Abobrinha cozida Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g | <u>07/03</u> Pão Dog com manteiga Chá Banana Kcal: 267 CHO: 33,8g PTN: 17,7g LÍP: 6,6g | <u>08/03</u> Polenta cremosa Almôndegas ao molho Repolho e beterraba Laranja Kcal: 302 CHO: 44,1g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g |
| <u>11/03</u> Quirera com carne em iscas Repolho Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g | <u>12/03</u> Alface e couve Arroz/feijão Frango ao molho Banana Kcal: 270,7 CHO: 29,7g PTN: 12,4g LÍP: 8,6g | <u>13/03</u> Macarrão com carne moída Couve e alface Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g | <u>14/03</u> Arroz/Feijão Farofa de carne moída Abobrinha Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g | <u>15/03</u> Arroz com frango e milho Feijão Beterraba Laranja Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g |
| <u>18/03</u> Cereal com leite Maçã Kcal: 202 CHO: 27,7g PTN: 6,3g LÍP: 6,3g | <u>19/03</u> Macarrão (Parafuso) com carne moída Abobrinha cozida Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g | <u>20/03</u> Arroz/ Virado de feijão Carne iscas Couve e alface Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g | <u>21/03</u> Pão francês com carne moída Suco de maracujá Banana Kcal: 267 CHO: 33,8g PTN: 17,7g LÍP: 6,6g | <u>22/03</u> Quirera Frango ao molho Repolho Laranja Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g |
| <u>25/03</u> Macarrão (Ave Maria) com carne moída Beterraba Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g | <u>26/03</u> Polenta cremosa Frango ao molho Abobrinha cozida Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g | <u>27/03</u> Arroz/Feijão Carne bovina em iscas com batata Banana Kcal: 274 CHO: 16,6g PTN: 15,7g LÍP: 15,8g | <u>28/03</u> RECESSO | <u>29/03</u> FERIADO |

Responsável Técnica:
PATRICIA DELGADO FLORIANO
CRN Nº 10995

Patrícia Delgado Floriano

CRN 10995
Nutricionista

Patrícia D. Floriano