



MUNICÍPIO DE SENGÉS

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO MARÇO 2023

CENTROS DE EDUCACIONAIS INFANTIS “RENASCER”, LYGIA MARA E JAYME DA SILVA

(CRECHE 7-11 MESES)

Almoço: 10:20h

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		<u>01/03</u> FERIADO	<u>02/03</u> Arroz/Feijão com caldo Carne bovina em iscas com batata Pepino Banana Kcal: 274 CHO: 16,6g PTN: 15,7g LÍP: 15,8g	<u>03/03</u> Arroz/Feijão com caldo Macarrão com carne moída Beterraba Chuchu cozido Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g
<u>06/03</u> Arroz/Feijão com caldo Macarrão com carne moída Couve e chuchu Maçã Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	<u>07/03</u> Arroz/Feijão com caldo Carne bovina em iscas com batata Pepino Banana Kcal: 274 CHO: 16,6g PTN: 15,7g LÍP: 15,8g	<u>08/03</u> Arroz /Feijão com caldo Frango ao molho Abobrinha refogada Laranja Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	<u>09/03</u> Arroz/Feijão com caldo Carne moída com abobrinha Banana Kcal: 306 CHO: 29,7g PTN: 17,8g LÍP: 12,9g	<u>10/03</u> Arroz/Feijão com caldo Sopa de mandioca com carne bovina em iscas Alface Laranja Kcal: 272 CHO: 29,7g PTN: 12,4g LÍP: 8,6g
<u>13/03</u> Arroz/Feijão com caldo Carne moída com batata Pepino Maçã Kcal: 224 CHO: 22g PTN: 16,7g LÍP: 7,6g	<u>14/03</u> Arroz com milho/Feijão com caldo Carne bovina em iscas Brócolis cozido Laranja Kcal: 269 CHO: 32,2g PTN: 18,2g LÍP: 7,8g	<u>15/03</u> Feijão com caldo Arroz com frango Alface Abobrinha refogada Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	<u>16/03</u> Arroz/Feijão com caldo Macarrão com carne moída Chuchu cozido e beterraba Laranja Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	<u>17/03</u> Arroz /Feijão com caldo Frango ao molho com milho Abobrinha refogada Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g
<u>20/03</u> Quirera com carne de porco Arroz/ Feijão com caldo Couve (salada) Abacaxi Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	<u>21/03</u> Arroz/Feijão com caldo Sopa de mandioca com carne bovina em iscas Alface Laranja Kcal: 272 CHO: 29,7g PTN: 12,4g LÍP: 8,6g	<u>22/03</u> Arroz/Feijão com caldo Macarrão com carne moída Abobrinha cozida Banana Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	<u>23/03</u> Arroz /Feijão com caldo Frango ao molho com milho Abobrinha refogada Laranja Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	<u>24/03</u> Arroz/ Feijão com caldo Polenta cremosa com carne em iscas Beterraba Banana Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g
<u>27/03</u> Arroz Feijão com caldo Polenta cremosa com almôndegas Repolho refogado Maçã picadinha Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	<u>28/03</u> Quirera com carne de porco Arroz/ Feijão com caldo Couve (salada) Abacaxi Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	<u>29/03</u> Feijão com caldo Arroz com frango Alface Abobrinha refogada Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	<u>30/03</u> Arroz/Feijão com caldo Macarrão com carne moída Chuchu cozido Laranja Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	<u>31/03</u> Arroz/ Feijão com caldo Polenta cremosa com frango Beterraba Banana Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g

Patrícia Delgado Floriano

CRN 10995

Nutricionista

Patrícia D. Floriano