



MUNICÍPIO DE SENGÉS

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO

E.M. "PREF. ARISTIDES P. M. NETTO

Março 2020 – Manhã e Tarde

<u>Segunda-feira</u> <u>02/03</u>	<u>Terça-feira</u> <u>03/03</u>	<u>Quarta-feira</u> <u>04/03</u>	<u>Quinta-feira</u> <u>05/03</u>	<u>Sexta-feira</u> <u>06/03</u>
Mingau com coco ralado Kcal: 325,43	Polenta cremosa com carne moída Kcal: 471,11	Arroz/feijão Carne moída refogada Kcal: 550,92	Pão francês com margarina Bebida láctea Laranja Kcal: 318,5	Beterraba Arroz/Feijão Farofa de carne moída Kcal: 578,9
<u>09/03</u> Mingau de chocolate Kcal: 314	<u>10/03</u> Polenta cremosa com carne moída Kcal: 471,11	<u>11/03</u> Bolacha maisena Chá Kcal: 210,4	<u>12/03</u> Pão francês c/ carne moída Chá Kcal: 277,4	<u>13/03</u> Arroz/feijão Carne moída com legumes Laranja Kcal: 601
<u>16/03</u> Bolacha de maisena Chá Kcal: 210,4	<u>17/03</u> Arroz Virado de feijão Carne moída com legumes Laranja Kcal: 601	<u>18/03</u> Bolacha rosquinha Chá Kcal: 250	<u>19/03</u> Pão Doce Chá Kcal: 308,5	<u>20/03</u> Bolacha de maisena Chá Kcal: 210,4
<u>23/03</u> Macarrão com almôndegas Kcal: 525,4	<u>24/03</u> Repolho Arroz/Feijão Carne em iscas ao molho com legumes Kcal: 520,4	<u>25/03</u> Polenta cremosa com carne moída Laranja Kcal: 512,2	<u>26/03</u> Quirera com carne de porco Banana Kcal: 343,1	<u>27/03</u> Bolo e chá. Sugestão: Trigo simples, ou toalha felpuda. Kcal: 393,9
<u>30/03</u> Cereal com leite Kcal: 420,2	<u>31/03</u> Torta de frango Bebida láctea Kcal: 320,7			

Obs.: cardápio sujeito a alterações.

Patricia Delgado Ferreira
CRN 10985

Nutricionista

Patricia D. Ferreira



MUNICÍPIO DE SENGÉS

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO

E.M. "PREF. ARISTIDES P. M. NETTO

FEVEREIRO 2020 – Manhã e Tarde

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
				<u>01/02</u> FÉRIAS
<u>03/02</u> FÉRIAS	<u>04/02</u> FÉRIAS	<u>05/02</u> FÉRIAS	<u>06/02</u> FÉRIAS	<u>07/02</u> FÉRIAS
<u>10/02</u> Chá Bolacha maisena Kcal: 210,4	<u>11/02</u> Arroz/feijão Carne moída com legumes Banana Kcal: 603	<u>12/02</u> Salada Arroz/feijão Empanado de peixe Laranja Kcal: 594,7	<u>13/02</u> Pão doce Chá Kcal: 308,5	<u>14/02</u> Chá Bolacha rosquinha Kcal: 250
<u>17/02</u> Cereal com iogurte Kcal: 360,8	<u>18/02</u> Arroz/feijão Empanado de peixe Kcal: 549	<u>19/02</u> Arroz/ feijão Carne moída refogada c/ repolho Kcal: 590	<u>20/02</u> Pão francês com margarina Bebida láctea Kcal: 238,7	Chá Bolacha maisena Laranja Kcal: 230,9
<u>24/02</u> RECESSO	<u>25/02</u> FERIADO	<u>26/02</u> RECESSO	<u>27/02</u> Chá Bolacha rosquinha Kcal: 250	<u>28/02</u> Arroz/Feijão Farofa de carne moída Kcal: 569,2

Obs.: cardápio sujeito a alterações, mediante autorização do Setor.
Bolos: Banana, laranja, fubá, formigueiro, toalha felpuda.

Patricia Delgado Ferreira

CRN 10995

Nutricionista

Patricia D. Ferreira