



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DA ALIMENTAÇÃO
ESCOLAR
ESCOLAS MUNICIPAIS
AGOSTO/2022
23 DIAS LETIVOS



Data	Cardápio	Alimento	Per Capita
02/08	Macarrão à bolonhesa com tomate e cenoura	Macarrão parafuso Carne moída Tomate Cenoura Extrato de tomate Cebola Sal Alho Óleo	40g 40g 20g 20g 10g 3g 1g 1g 5ml
03/08	Salada de alface e tomate Galinhada com milho	Arroz Coxa e sobrecoxa Alface Tomate Milho enlatado Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde	50 g 70g 10g 20g 20g 3g 1g 1g 5ml 1g 2g
04/08	Escaldado de carne moída	Fubá Carne moída Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde	20g 40g 3g 1g 1g 5ml 1g 2g
05/08	Farofa de banana, cenoura e frango	Farinha de milho Farinha de mandioca Banana da terra Cenoura	15g 10g 30g 30g

		Frango desfiado Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	30g 1g 1g 5ml 3g 2g
Data	Cardápio	Alimento	Per Capita
08/08	Rosca amanteigada Melancia	Rosca Melancia	1 un./aluno 150g
09/08	Sopa nutritiva	Macarrão Padre Nosso Peito de frango Batata inglesa Abóbora Cabotiá Chuchu Extrato de tomate Alho Sal Óleo Cebola	30g 30g 20g 20g 20g 10g 1g 1g 5ml 3g
10/08	Salada de repolho, abacaxi, tomate Arroz com lombo suíno	Arroz Lombo suíno Repolho Tomate Abacaxi Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	50g 40g 20g 20g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g
11/08	Caldo de mandioca com carne moída	Mandioca Carne moída Sal Alho Óleo Açafrão	70g 30g 1g 1g 5ml 1g

		Cheiro verde	2g
12/08	Torta de frango Suco de acerola	Farinha de trigo Leite Óleo vegetal Ovo de galinha Peito de frango Extrato de tomate Cenoura Batata Tomate Fermento em pó Sal Creme de leite Suco Açúcar	20 g 10 mL 5 mL 5 g 30 g 10 g 10 g 10 g 5 g 1 g - - 170 mL 10 g
15/08	Bolacha de sal Suco de maracujá	Bolacha de sal Suco Açúcar	6 unidades 170 mL 10g
16/08	Macarrão à bolonhesa	Macarrão parafuso Carne moída Tomate Extrato de tomate Cebola Sal Alho Óleo	40g 30g 20g 10g 3g 1g 1g 5ml
17/08	Arroz primavera	Arroz Salsicha Chuchu Abobrinha verde Cenoura Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	50g 30g 20g 20g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g

18/08	Farofa de abobrinha Banana prata	Farinha de mandioca Abobrinha verde Ovo de galinha Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde Banana prata	20g 30g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g 1 un./aluno
19/08	Caldo Violinha	Feijão Carne moída Macarrão Padre Nosso Beterraba Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	20g 30g 20g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g
22/08	Peta Suco de goiaba	Peta Suco Açúcar	1 unidades 170 mL 10g
23/08	Arroz Maria Izabel Tabule	Arroz Carne em isca Trigo para kibe Tomate Pepino Cebola Sal Alho Cheiro verde Óleo	50g 40g 15g 20g 20g 3g 1g 2g 2g 5ml
24/08	Feijão Tropeiro	Feijão Linguica calabresa Toucinho	20g 30g 20g

		Banana da terra Couve Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	30g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g
25/08	Caldo de frango Maçã	Mandioca Peito de frango Milho verde Alho Sal Óleo Cebola Açafrão Cheiro verde Maçã	70g 40g 10g 1g 1g 5ml 1g 1g 2g 1 un./aluno
26/08	Pão francês com carne moída, batata e repolho	Pão francês Carne moída Batatinha Repolho Extrato de tomate Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	50g 40g 20g 10g 10g 1g 1g 5ml 3g 2g
29/08	Bolacha de doce Leite com cacau	Bolacha de doce Leite Cacau Açúcar	6 unidades 170 mL 5 g 10g

30/08	Arroz branco Estrogonofe de frango Salada de alface e tomate	Arroz Peito de frango Creme de leite Milho verde enlatado Leite Alface Tomate Alho Sal Óleo Cebola	50g 40g 5 ml 10g 20 mL 10g 20g 1g 1g 5ml 3g
31/08	Farofa de carne moída com repolho e cenoura Banana prata	Carne moída Farinha de mandioca Repolho Cenoura Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde Banana prata	40g 20g 15g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g 1 un./aluno

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS (MÉDIA MENSAL)

Composição Nutricional	Pré – Escola	Ensino Fundamental
Calorias (kcal)	299,77	329,88
Proteína (g)	9,25	10,25
Carboidrato (g)	45,0	48,25
Lipídio (g)	9,25	10,75
Sódio (mg)	273,14	374,45

% DE MACRONUTRIENTES:

Modalidade de ensino	Proteína	Carboidrato	Lipídio
Pré – Escola	13,0	60,0	27,0
Ensino Fundamental	13,0	58,75	28,25

OBS: Senhoras merendeiras e auxiliares o uso da gramagem é obrigatório.

Bom Trabalho!!

ATENCIOSAMENTE,

Flávia Dias da Silva Soares
NUTRICIONISTA
CRN/1 18065/P

Naiara Monique L. Silva
NUTRICIONISTA
CRN/1 - 11653