



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DA MERENDA ESCOLAR
ESCOLAS MUNICIPAIS
JUNHO/2022
21 DIAS LETIVOS



Data	Cardápio	Alimento	Per Capita
06/06	Peta Suco de caju	Peta Suco Açúcar	1 Und. 170 mL 10 g
07/06	Macarrão à bolonhesa com tomate e cenoura	Macarrão parafuso Carne moída Tomate Cenoura Extrato de tomate Cebola Sal Alho Óleo	40g 40g 20g 20 g 10 g 3g 1g 1g 5ml
08/06	Salada de alface e tomate Galinhada com milho verde	Arroz Coxa e sobrecoxa Alface Tomate Milho verde Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde	50g 70g 10g 20g 20g 3g 1g 1g 5ml 1g 2g
09/06	Escaldado de carne moída Banana prata	Fubá Carne moída Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde Banana-prata	20g 40g 3g 1g 1g 5ml 1g 2g 1 un./aluno

Data	Cardápio	Alimento	Per Capita
10/06	Farofa de banana, frango de cenoura	Farinha de milho Farinha de mandioca Banana da terra Cenoura Frango desfiado Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	15g 10g 30g 30g 30g 1g 1g 5ml 3g 2g
13/06	Sopa nutritiva	Macarrão Padre Nosso Peito de frango Batata inglesa Cenoura Chuchu Extrato de tomate Alho Sal Óleo Cebola	30g 30g 20g 20g 20g 10g 1g 1g 5ml 3g
14/06	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
15/06	Hot dog gostosinho Suco de maracujá Pipoca	Pão hot dog Salsicha Extrato de tomate Tomate Milho verde Cebola	50g 40g 10g 10g 10g 3g

		Sal Alho Óleo Suco Açúcar Pipoca	1g 1g 5ml 170 mL 10g 30g
Data	Cardápio	Alimento	Per Capita
20/06	Bolacha de sal Suco de goiaba	Bolacha de sal Suco Açúcar	6 unidades 170 mL 10 g
21/06	Rosca amanteigada Maçã	Rosca Maçã	1 un./aluno 1 un./aluno
22/06	Enroladinho de queijo	Enroladinho de queijo	1 un./aluno
23/06	Macarrão à bolonhesa com cenoura	Macarrão parafuso Carne moída Tomate Extrato de tomate Cebola Sal Alho Óleo	50g 40g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g
24/06	Farofa de abobrinha	Farinha de mandioca Abobrinha verde Ovo de galinha Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde	20g 30g 20g 1g 1g 5ml 3g 2g
27/06	Peta Leite caramelado	Peta Leite Açúcar	1 un./aluno 170 mL 10g
28/06	Caldo Violinha Laranja	Feijão Carne moída Macarrão Padre Nosso Beterraba	20g 30g 20g 20g

		Alho Sal Óleo Cebola Cheiro verde Laranja	3g 1g 2g 2g 5ml 1 un./ aluno
Data	Cardápio	Alimento	Per Capita
29/06	Galinhada com cenoura Tabule	Arroz Coxa e sobrecoxa Cenoura Trigo para kibe Tomate Pepino Cebola Sal Alho Óleo Açafrão Cheiro verde	50g 70g 15g 15g 20g 15g 3g 1g 1g 5ml 1g 2g
30/06	CONSELHO DE CLASSE	-	-

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS (MÉDIA MENSAL)

Composição Nutricional	Pré – Escola	Ensino Fundamental	Noturno
Calorias (kcal)	299,77	329,88	499,63
Proteína (g)	9,25	10,25	15,25
Carboidrato (g)	45,0	48,25	74,75
Lipídio (g)	9,25	10,75	15,5
Sódio (mg)	273,14	374,45	554,12

% 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.



Bem-vindo JUNHO,
mês dos namorados,
de Santo Antônio,
São João e São
Pedro!

Venha abençoado,
repleto de paz e
amor,
com belas festas
juninas para nos
alegrar!

Reflexões para todos

Bom Trabalho!!

ATENCIOSAMENTE,

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

Naiara Monique L. Silva
NUTRICIONISTA
CRN/1 - 11653