

CARDÁPIO EMEF, EMEIEF, EE e FIEB - MAIO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
1ª semana			01/mai	02/mai	03/mai
ENTRADA				Composto lácteo Pão francês com margarina	Chá mate Pão francês com margarina
REFEIÇÃO				Macarrão ao molho com atum	Arroz/Feijão Frango refogado com legumes

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
2ª semana	06/mai	07/mai	08/mai	09/mai	10/mai
ENTRADA	Composto lácteo Pão francês com margarina	Leite com café Pão francês com margarina	Composto lácteo Pão francês com margarina	Chá mate Pão francês com requeijão	Leite com café Pão francês com margarina
REFEIÇÃO	Arroz /Feijão Carne bovina com legumes Salada de legumes	Arroz /Feijão Carne bovina com legumes Fruta	Arroz/ Feijão Almôndegas ao molho Salada de verdura	Feijão Risoto de frango (sassami) com legumes Fruta	Arroz/ Feijão Carne iscas acebolada Salada de legumes

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

CARDÁPIO EMEF, EMEIEF, EE e FIEB - MAIO 2024

3ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/mai	14/mai	15/mai	16/mai	17/mai
ENTRADA	Composto lácteo Pão francês com margarina	Leite com café Pão francês com margarina	Chá mate Pão francês com margarina	Composto lácteo Pão francês com margarina	Leite com café Pão francês com margarina
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão preto Virado de carne suína com legumes Salada de verdura	Arroz/ Feijão Estrogonofe de frango Legume refogado Fruta	Arroz/ Feijão Carne bovina com legume	Arroz/ Feijão Linguiça acebolada Salada de verdura Fruta	Arroz/ Feijão Ovo mexido com legumes Salada de legumes

4ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/mai	21/mai	22/mai	23/mai	24/mai
ENTRADA	Leite com café Pão francês com margarina	Chá mate Pão francês com margarina	Composto lácteo Pão francês com margarina	Chá mate Pão francês com requeijão	Leite com café Pão francês com margarina
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Carne iscas acebolada Salada de legumes	Macarrão ao molho de frios e legumes Fruta	Arroz/Feijão preto Virado de carne suína com verdura	Arroz /Feijão Peixe com legumes Fruta	Arroz/Feijão Frango refogado com legumes Salada de verdura

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

CARDÁPIO EMEF, EMEIEF, EE e FIEB - MAIO 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
5ª semana	27/mai	28/mai	29/mai	30/mai	31/mai
ENTRADA	Composto lácteo Pão francês com margarina	Leite com café Pão francês com margarina	Chá mate Pão francês com margarina		
REFEIÇÃO	Arroz/Feijão Ovo mexido com orégano Salada de verdura	Feijão Risoto de linguiça com legumes Fruta	Arroz/Feijão Estrogonofe de frango Legume refogado		

O cardápio é sujeito à alterações. Não é permitida a alteração do cardápio sem autorização da Coordenadoria Técnica de Abastecimento.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

1ª semana

	Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos		Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
		Kcal	g	g	g			Kcal	g	g	g
SEGUNDA	EMEF I					QUINTA	EMEF I	478,1	17,2	19,2	78,4
	EMEF II						EMEF II	698,5	24,8	25,8	99,4
	ENSINO MÉDIO e EJA						ENSINO MÉDIO e EJA	898,2	29,2	35,6	115,3
TERÇA	EMEF I					SEXTA	EMEF I	586,3	15,6	17,3	74,9
	EMEF II						EMEF II	687,1	23,9	24,6	98,6
	ENSINO MÉDIO e EJA						ENSINO MÉDIO e EJA	864,1	27,9	30,5	127,4
QUARTA	EMEF I					MÉDIA SEMANAL	EMEF I	532,2	16,4	18,3	76,7
	EMEF II						EMEF II	692,8	24,4	25,2	99,0
	ENSINO MÉDIO e EJA						ENSINO MÉDIO e EJA	881,2	28,6	33,1	121,4

2ª semana

	Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos		Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
		Kcal	g	g	g			Kcal	g	g	g
SEGUNDA	EMEF I	587,2	19,6	18,6	78,6	QUINTA	EMEF I	517,4	19,7	15,8	80,3
	EMEF II	652,7	19,6	24,2	115,3		EMEF II	714,2	27,9	24,3	91,7
	ENSINO MÉDIO e EJA	815,6	31,2	29,6	98,6		ENSINO MÉDIO e EJA	874,8	38,5	32,4	115,8
TERÇA	EMEF I	489,5	17,8	18,7	87,2	SEXTA	EMEF I	523,3	17,6	14,9	81,7
	EMEF II	638,9	27,2	26,3	111,9		EMEF II	721,3	27,1	21,3	89,6
	ENSINO MÉDIO e EJA	785,6	33,8	32,5	127,6		ENSINO MÉDIO e EJA	825,3	30,7	28,3	124,6
QUARTA	EMEF I	512,9	15,9	19,6	71,4	MÉDIA SEMANAL	EMEF I	526,1	18,1	17,5	79,8
	EMEF II	647,5	18,7	21,7	110,5		EMEF II	674,9	24,1	23,6	103,8
	ENSINO MÉDIO e EJA	894,1	21,4	30,8	100,4		ENSINO MÉDIO e EJA	839,1	31,1	30,7	

3ª semana

	Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos		Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
		Kcal	g	g	g			Kcal	g	g	g
SEGUNDA	EMEF I	487,9	13,8	17,2	82,1	QUINTA	EMEF I	487,2	14,5	18,4	71,3
	EMEF II	689,2	25,4	25,6	107,6		EMEF II	628,3	24,8	24,1	115,4
	ENSINO MÉDIO e EJA	817,9	25,6	32,5	117,4		ENSINO MÉDIO e EJA	786,5	30,3	32,2	124,6
TERÇA	EMEF I	512,3	18,6	18,9	75,6	SEXTA	EMEF I	471,3	16,8	15,3	82,4
	EMEF II	714,2	21,4	23,5	98,3		EMEF II	684,1	27,1	22,6	99,3
	ENSINO MÉDIO e EJA	812,4	21,7	32,4	108,2		ENSINO MÉDIO e EJA	829,3	35,2	38,1	107,9
QUARTA	EMEF I	509,7	15,7	21,8	78,3	MÉDIA SEMANAL	EMEF I	493,7	15,9	18,3	77,9
	EMEF II	701,9	18,3	26,3	97,2		EMEF II	683,5	23,4	24,4	103,6
	ENSINO MÉDIO e EJA	784,6	28,6	29,7	112,6		ENSINO MÉDIO e EJA	806,1	28,3	33,0	114,1

4ª semana

	Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos		Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
		Kcal	g	g	g			Kcal	g	g	g
SEGUNDA	EMEF I	498,3	20,7	21,7	84,3	QUINTA	EMEF I	532,7	19,3	17,3	81,6
	EMEF II	683,8	19,8	28,3	104,9		EMEF II	705,6	25,6	24,7	98,6
	ENSINO MÉDIO e EJA	874,3	35,6	32,8	115,2		ENSINO MÉDIO e EJA	879,2	38,2	34,3	102,3
TERÇA	EMEF I	456,7	18,5	19,6	72,6	SEXTA	EMEF I	502,7	21,7	18,3	78,5
	EMEF II	678,2	27,4	24,8	112,8		EMEF II	625,3	27,4	25,3	97,2
	ENSINO MÉDIO e EJA	841,3	34,2	30,8	124,6		ENSINO MÉDIO e EJA	825,6	30,1	38,1	105,8
QUARTA	EMEF I	517,3	17,4	18,2	74,9	MÉDIA SEMANAL	EMEF I	501,5	19,5	19,0	78,4
	EMEF II	712,3	21,8	21,6	116,3		EMEF II	681,0	24,4	24,9	106,0
	ENSINO MÉDIO e EJA	729,6	31,2	29,4	125,8		ENSINO MÉDIO e EJA	830,0	33,9	33,1	114,7

	Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos		Informação Nutricional	Energia	Proteínas	Lipídios	Carboidratos
		Kcal	g	g	g			Kcal	g	g	g
SEGUNDA	EMEF I	544,2	15,2	12,1	86,4	QUINTA	EMEF I				
	EMEF II	618,9	27,0	13,5	98,2		EMEF II				
	ENSINO MÉDIO e EJA	895,6	31,0	24,6	109,7		ENSINO MÉDIO e EJA				
TERÇA	EMEF I	520,3	17,6	24,0	90,2	SEXTA	EMEF I				
	EMEF II	617,2	33,0	27,9	134,7		EMEF II				
	ENSINO MÉDIO e EJA	986,2	36,0	28,6	148,3		ENSINO MÉDIO e EJA				
QUARTA	EMEF I	498,2	24,0	13,2	87,2	MÉDIA SEMANAL	EMEF I	520,9	18,9	16,4	87,9
	EMEF II	680,7	28,0	24,3	119,0		EMEF II	638,9	29,3	21,9	117,3
	ENSINO MÉDIO e EJA	717,8	29,0	11,7	127,1		ENSINO MÉDIO e EJA	866,5	32,0	21,6	128,4