

Cardápio Semanal

Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

Cruzeiro do Sul - PR

Ref. 08/2026 - 30% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
03/08/2026	04/08/2026	05/08/2026	06/08/2026	07/08/2026
½ Pão Francês Manteiga Chá	Mamão	Poncã	Abacaxi	Leite com chocolate Bolacha
Arroz branco Filé de Tilápia Salada de batata (TODOS)	Macarrão com frango ao molho Salada de repolho	Arroz branco Feijão Carne ao molho Salada de acelga	Arroz Feijão Farofa Salada	Sopa de macarrão com carne moída e legumes Banana Maçã
Energia: 493,48 kcal	Energia: 494,40 kcal	Energia: 494,15 kcal	Energia: 493,65 kcal	Energia: 493,85 kcal
Composição nutricional	Energia(kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	494,01	76	13	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	96	21	27

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
10/08/2026	11/08/2026	12/08/2026	13/08/2026	14/08/2026
½ Pão Francês Manteiga Chá	Pêra	Melão	Banana	Leite com chocolate Bolacha
Macarrão c/ carne moída Suco natural	Arroz branco Feijão Carne ao molho com batata	Arroz branco Strogonoff de frango Salada pepino e tomate	Arroz branco Sopa de mandioca	Arroz com cenoura Feijão Carne de porco
Energia: 493,10 kcal	Energia: 493,45 kcal	Energia: 493,85 kcal	Energia: 493,52 kcal	Energia: 493,20 kcal
Composição nutricional	Energia(kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	493,54	76	13	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	96	21	27

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
17/08/2026	18/08/2026	19/08/2026	20/08/2026	21/08/2026
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Caqui	Maçã	Bolo de Fubá Chá
Arroz Feijão Farofa	Macarrão com frango ao molho Suco de maracujá	Arroz Carne ao molho de abóbora Salada	Polenta Carne moída - molho	Arroz Feijoada Salada
Energia: 493,48 kcal	Energia: 493,10 kcal	Energia: 493,80 kcal	Energia: 493,15 kcal	Energia: 494,73 kcal
Composição nutricional	Energia(kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	493,65	79	13	14
Média Semanal 11-15 e EJA	710	98	19	28

Cardápio sujeito a alterações!!!


Danieli C. de Santi
 Nutricionista - RT
 CRN8. 7407





Cardápio Semanal

Escola Municipal Prof. Flávio Sarrão

Cruzeiro do Sul - PR

Ref. 08/2026 - 30% das necessidades DIÁRIAS.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
24/08/2026	25/08/2026	26/08/2026	27/08/2026	28/08/2026
½ Pão Francês Manteiga Chá	½ Pão Francês Manteiga Chá	Melão	Mamão	Leite com chocolate Bolacha
Arroz temperado Feijão Salada	Polenta Frango ao molho	Arroz Feijão Ovos cozidos Salada	Arroz Feijão Carne de panela c. Mandioca	Macarrão com carne moída Suco de abacaxi
		Energia: 493,48 kcal	Energia: 493,45 kcal	Energia: 493,10 kcal

Composição nutricional	Energia(kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	493,34	76	13	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	96	21	27

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
31/08/2026				
½ Pão Francês Manteiga Chá				
Arroz Feijão Farofa				
Energia: 493,48 kcal				

Composição nutricional	Energia(kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
Média Semanal 6-10 anos	493,62	76	13	15
Média Semanal 11-15 e EJA	710	96	21	27

Cardápio sujeito a alterações!!!



Danieli C. de Santi
Nutricionista - RT
CRN8. 7407

