



ESCOLA MUNICIPAL "CECÍLIA MEIRELES".

ENSINO FUNDAMENTAL

Rua Acácio de Oliveira 151-CONSELHEIRO MAIRINCK – PR.

Telefone: 0xx43-3561-1281

E-mail: ceciliameirelescmk@yahoo.com.br

CARDÁPIO – SEMANA 02 À 06 DE MARÇO

DIAS		MANHÃ	TARDE	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
Segunda-feira	02/03	Pão com salsicha Suco de polpa	Pão com salsicha Suco de polpa	257,48 kcal; Vit A 11,34; Vit C 24,57; Ca 41,81; Fe 1,78; CHO 31,99; PRO 7,82; LIP 10,92.
Terça-feira	03/03	Quirerinha com carne Arroz Salada Fruta	Quirerinha com carne Arroz Salada Fruta	285,87 kcal; Vit A 16,04; Vit C 4,77; Ca 22,86; Fe 1,88; CHO 25,21; PRO 15,19; LIP 13,81.
Quarta-feira	04/03	Arroz Feijão Ovo cozido Salada Fruta	Arroz Feijão Ovo cozido Salada Fruta	227,46 kcal; Vit A 36,29; Vit C 58,9; Ca 69,36; Fe 2,82; CHO 32,51; PRO 11,49; LIP 5,72.
Quinta-feira	05/03	Arroz com frango Salada Fruta	Arroz com frango Salada Fruta	141,96 kcal; Vit A 4,32; Vit C 9,78; Ca 22,46; Fe 1,22; CHO 21,91; PRO 9,32; LIP 1,89.
Sexta-feira	06/03	Arroz Feijão Carne de porco Salada Fruta	Arroz Feijão Carne de porco Salada Fruta	332,41 kcal; Vit A 22,6; Vit C 9,66; Ca 38,11; Fe 2,41; CHO 33,47; PRO 17,86; LIP 14,12.

Nutricionista responsável	Assinatura
Andressa Caroline Shiguemoto	

Obs: O cardápio pode sofrer alterações conforme necessidade. As saladas e frutas variam de acordo com a disponibilidade e sazonalidade.