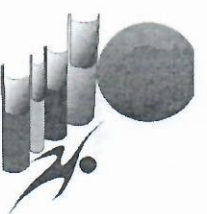




Secretaria Municipal de Educação
Quedas do Iguazu – PR
Rua Juazeiro, 929 – Centro – CEP 85460-000 Fone (46)3532.3818
CNPJ 76.205.962/0001-49 Email smequedasdoiguacu@hotmail.com



CARDÁPIO 2021 (NOVEMBRO E DEZEMBRO)

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SEMANA 1	MACARRÃO PICADINHO CARNE C/ LEGUMES FEIJÃO BRÓCOLIS CHO:49,1 PTN:13,3 LIP:7,2 KCAL: 314,4	ARROZ COLORIDO ESTROGONOFF GADO FEIJÃO SALADA: ALFACE CHO: 48,55 PTN: 14,5 LIP: 6,07 KCAL: 398	PÃO CACHORRO QUENTE LIMONADA CHO: 49,3 PTN: 8,22 LIP: 10,74 KCAL: 377,44	SAGU DE LEITE BANANA CHO: 55,58 PTN: 6,87 LIP: 6,53 KCAL: 300,5	CARNE SUINA REFOGADA BATATA DOCE COZIDA FEIJÃO ALMEIRÃO MELANCIA CHO: 54,90 PTN: 13,75 LIP: 7,73 KCAL: 329,69
SEMANA 2	POLENITA COZIDA ARROZ MOLHO CARNE MOIDA REPOLHO C/ CENOURA CHO: 54,60 PTN: 11,58 LIP:7,09 KCAL: 323,32	FAROFÁ (CARNE SUINA/ OVOS E COUVE) FEIJÃO ALFACE CHO: 47,06 PTN:15,68 LIP: 319,85 KCAL: 319,85	VITAMINA BANANA COM AVEIA BISCOITO DE LEITE MAÇÃ CHO: 55,84 PTN: 9,14 LIP: 9,91 KCAL: 341,11	PICADINHO DE MANDIOCA PICADINHO DE CARNE COUVE-MANTEIGA BANANA CHO: 55,43 PTN: 13,79 LIP: 6,02 KCAL: 316,76	RISOTO DE FRANGO CENOURA MELANCIA CHO: 47,53 PTN: 13,47 LIP: 9,45 KCAL: 310,95
SEMANA 3	QUIRERINHA C/ CARNE SUINA ARROZ BETERRABA E CENOURA RALADA CHO:55,52 PTN: 10,16 LIP: 7,03 KCAL: 323,19	ARROZ FEIJÃO PICADINHO(CARNE LEGUMES CABOTIA) ALFACE CHO: 48,09 PTN: 13,95 LIP: 6,74 KCAL: 305,10	PÃO CASEIRINHO CARNE MOIDA REFOGADA CHÁ GELADO CHO: 48,29 PTN: 10,63 LIP: 6,11 KCAL: 341,60	CANJICA COM COCO BANANA CHO: 49,65 PTN: 7,98 LIP: 10,59 KCAL: 315,30	MACARRONADA MOLHO DE FRANGO REPOLHO C/TOMATE MELANCIA CHO: 51,56 PTN: 10,67 LIP: 8,65 KCAL: 314,50
SEMANA 4	VACA ATOLADA ARROZ ACELGA C/ CENOURA CHO:54,62 PTN: 9,14 LIP: 6,58 KCAL: 313,02	ARROZ FEIJÃO CARNE SUINA C/REPOLHO ALFACE CHO: 48,39 PTN: 13,73 LIP: 7,87 KCAL: 315,36	IOGURTE SABOR DIVERSOS BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL MAÇÃ CHO: 60,17 PTN: 9,06 LIP: 9,86 KCAL: 346,64	SOPA DE FEIJÃO (BATATA, CENOURA/ CHUCHU/ E MACARRÃO) BANANA CHO: 55,74 PTN: 11,92 LIP: 5,67 KCAL: 307,02	ARROZ FRANGO C/ BATATA SALADA DE COUVE MANTEIGA E PEPINO MELANCIA CHO: 54,58 PTN: 10,26 LIP:8,22 KCAL: 322,83

Kelly D. Pires



Rua Juazeiro, 929 – Centro – CEP 85460-000 Fone (46)3532.3818
CNPJ 76.205.962/0001-49 Email smeguedasdoiguacu@hoimail.com

CARDÁPIO 2021 (SETEMBRO E OUTUBRO)



Secretaria Municipal de Educação

Quedas do Iguaçu – PR

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SEMANA 1	MACARRÃO PICADINHO CARNE C/ LEGUMES FEIJÃO BRÓCOLIS CHO:49,1 PTN:13,3 LIP:7,2 KCAL: 314,4	ARROZ COLORIDO ESTROGONOFF GADO FEIJÃO SALADA: ALFACE CHO: 48,55 PTN: 14,5 LIP: 6,07 KCAL: 398	PÃO CACHORRO QUENTE LIMONADA CHO: 49,3 PTN: 8,22 LIP: 10,74 KCAL: 377,44	SAGU DE LEITE BANANA CHO: 55,58 PTN: 6,87 LIP: 6,53 KCAL: 300,5	CARNE SUINA REFOGADA BATATA DOCE COZIDA FEIJÃO ALMEIRÃO LARANJA CHO: 47,97 PTN: 13,11 LIP: 7,92 KCAL: 303,33
SEMANA 2	POLENITA COZIDA ARROZ MOLHO CARNE MOIDA REPOLHO C/ CENOURA CHO: 54,60 PTN: 11,58 LIP: 7,09 KCAL: 323,32	FAROFA (CARNE SUINA/ OVOS E COUVE) FEIJÃO ALFACE CHO: 47,06 PTN: 15,68 LIP: 319,85 KCAL: 319,85	VITAMINA BANANA COM AVEIA BISCOITO DE LEITE MAÇA CHO: 55,84 PTN: 9,14 LIP: 9,91 KCAL: 341,11	PICADINHO DE MANDIOCA PICADINHO DE CARNE COUVE-MANTEIGA BANANA CHO: 55,43 PTN: 13,79 LIP: 6,02 KCAL: 316,76	RISOTO DE FRANGO CENOURA LARANJA CHO: 45,95 PTN: 13,45 LIP: 9,72 KCAL: 306,66
SEMANA 3	QUIRERINHA C/ CARNE SUINA ARROZ BETERRABA E CENOURA RALADA CHO:55,52 PTN: 10,16 LIP: 7,03 KCAL: 323,19	ARROZ FEIJÃO PICADINHO(CARNE LEGUMES CABOTIA) ALFACE CHO: 48,09 PTN: 13,95 LIP: 6,74 KCAL: 305,10	PÃO CASEIRINHO CARNE MOIDA REFOGADA CHÁ GELADO CHO: 48,29 PTN: 10,63 LIP: 6,11 KCAL: 341,60	CANUICA COM COCO BANANA CHO: 49,65 PTN: 7,98 LIP: 10,59 KCAL: 315,30	MACARONADA MOLHO DE FRANGO REPOLHO C/ TOMATE LARANJA CHO: 49,11 PTN: 10,54 LIP: 8,91 KCAL: 306,54
SEMANA 4	VACA ATOLADA ARROZ ACELGA C/ CENOURA CHO:54,62 PTN: 9,14 LIP: 6,58 KCAL: 313,02	ARROZ FEIJÃO CARNE SUINA C/ REPOLHO ALFACE CHO: 48,39 PTN: 13,73 LIP: 7,87 KCAL: 315,36	IOGURTE SABOR DIVERSOS BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL MAÇA CHO: 60,17 PTN: 9,06 LIP: 9,86 KCAL: 346,64	SOPA DE FEIJÃO (BATATA, CENOURA/ CHUCHU/ E MACARRÃO) BANANA CHO: 55,74 PTN: 11,92 LIP: 5,67 KCAL: 307,02	ARROZ FRANGO C/ BATATA SALADA DE COUVE MANTEIGA LARANJA CHO: 49,36 PTN: 9,80 LIP: 8,42 KCAL: 303,41

Kelly B. Pereira