

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

Emeb. Aglassi - **LM** = 8:30h; 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:15h; 11:40h; 12:20h - **LT(int)** = 14:20h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Emeb. João Marcos - **LM** = 8:40h; 9:05h; 9:30h - **AL** = 11:00h - **LT(int)** = 14:30h - **LT(perc)** = 15:00h e

15:30h Emeb. Milton - **LM** = 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:20h; 11:50h - **LT(int)** = 14:30h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Emeb. ZEZÉ GIOVANETTI = **LM** = 9:30h - **AL** = 12:00h - **LT** = 15:00h

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	FÉRIAS	FÉRIAS	PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO	Leite com achocolatado. Bolacha maisena	Chá mate. Pão de leite com queijo
ALMOÇO - TODOS				Arroz, feijão preto com carne suína e calabresa. Salada de couve com tomate. Laranja	Macarrão parafuso com carne moída ao molho de tomate. Salada de alface. Banana.
Lanche da tarde INTEGRAL e PARCIAL				Suco de Abacaxi. Bolo de fubá	Suco de laranja. Pão com presunto

Média nutricional semanal											
Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURACÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

Eneb.Aglassi - **LM** = 8:30h; 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:15h; 11:40h; 12:20h - **LT(int)** = 14:20h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Eneb. JOÃO MARCOS - **LM** = 8:40h; 9:05h; 9:30h - **AL** = 11:00h - **LT(int)** = 14:30h - **LT(perc)** = 15:00h e

15:30h Eneb. Milton - **LM** = 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:20h; 11:50h - **LT(int)** = 14:30h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Eneb. ZEZÉ GIOVANETTI = **LM** = 9:30h - **AL** = 12:00h - **LT** = 15:00h

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Leite com achocolatado. Biscoito água e sal com requeijão	Chá mate. Pão de leite com manteiga	Suco de laranja. Bolo	Leite com achocolatado. Pão de leite com requeijão	Vitamina de maçã. Bolacha maisena
ALMOÇO – TODOS	Arroz, polenta com frango desfiado e queijo. Salada de acelga com cenoura ralada. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com abobrinha. Salada de repolho com tomate. Melancia	Arroz, Strogonoff de frango. Batata sautê. Salada de alface. Laranja	Arroz, feijão, carne de panela com batata e vagem. Salada de beterraba. Banana	Macarrão argolinha com carne moída ao molho natural de tomate. Salada de alface. Laranja
Lanche da tarde INTEGRAL E PARCIAL	Suco de Melão e pão de leite com manteiga	Salada de frutas	Leite com achocolatado. Pipoca	Suco de laranja. Pão francês com carne moída	Suco de abacaxi. Torta de frango

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

Emeb. Aglassi - **LM** = 8:30h; 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:15h; 11:40h; 12:20h - **LT(int)** = 14:20h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Emeb. João Marcos - **LM** = 8:40h; 9:05h; 9:30h - **AL** = 11:00h - **LT(int)** = 14:30h - **LT(perc)** = 15:00h e

15:30h Emeb. Milton - **LM** = 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:20h; 11:50h - **LT(int)** = 14:30h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Emeb. ZEZÉ GIOVANETTI = **LM** = 9:30h - **AL** = 12:00h - **LT** = 15:00h

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 17/02/2025	TERÇA-FEIRA 18/02/2025	QUARTA-FEIRA 19/02/2025	QUINTA-FEIRA 20/02/2025	SEXTA-FEIRA 21/02/2025
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Chá mate. Biscoito água e sal	Suco de laranja. Pão de leite com manteiga	Leite com achocolatado. Pão de leite com queijo	Vitamina de banana. Pão de leite com requeijão	Chá mate. Bolo
ALMOÇO - TODOS	Macarrão parafuso com frango desfiado, milho verde, ervilha e cheiro verde ao molho branco. Salada de acelga com tomate. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com mandioquinha e cheiro verde. Salada de tomate com pepino. Melancia	Arroz, Polenta com carne moída ao molho de tomate. Salada de alface. Maçã	Arroz, feijão, frango (sobrecoxa desossada) com tomate e cheiro verde. Salada de repolho. Banana	Arroz, feijão preto, carne suína desfiada com cenoura ralada. Salada de alface com tomate. Laranja
Lanche da tarde INTEGRAL e PARCIAL	Suco de melancia. Crepioca com queijo e tomate.	Suco de abacaxi. Bolo de chocolate	Salada de frutas com iogurte de morango	Suco de melão. Pão francês com patê de frango (com requeijão) e cenoura	Leite com achocolatado. Pipoca

Média nutricional semanal											
Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo
Nutricionista Responsável Técnica
CRN 3 - 76017

Emeb. Aglassi - **LM** = 8:30h; 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:15h; 11:40h; 12:20h - **LT(int)** = 14:20h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Emeb. João Marcos - **LM** = 8:40h; 9:05h; 9:30h - **AL** = 11:00h - **LT(int)** = 14:30h - **LT(perc)** = 15:00h e

15:30h Emeb. Milton - **LM** = 9:00h; 9:30h - **AL**= 11:20h; 11:50h - **LT(int)** = 14:30h; 14:40h - **LT(perc)** = 15:00h Emeb. ZEZÉ GIOVANETTI = **LM** = 9:30h - **AL** = 12:00h - **LT** = 15:00h

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025
Lanche da Manhã INTEGRAL E PARCIAL	Chá mate. Biscoito água e sal com requeijão	Leite com achocolatado. Pão com manteiga	Suco de laranja. Pão com queijo	Chá mate. Biscoito maisena	Vitamina de maçã. Pão com manteiga
ALMOÇO - TODOS	Arroz, feijão, ovo mexido com cenoura ralada e queijo. Salada de repolho. Maçã	Arroz, feijão, carne de panela com batata. Salada de acelga com tomate. Melancia	Macarrão à bolonhesa. Salada de Alface. Banana	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Salada de batata com vagem. Laranja	Arroz, lasanha de frango. Salada de alface. Maçã
Lanche da tarde INTEGRAL e PARCIAL	Suco de melão. Pão francês com requeijão	Suco de laranja. Torta de frango	Salada de frutas	Suco de maracujá. Torta de carne moída	Suco de abacaxi. Pão com queijo

Média nutricional semanal

Turmas	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
Fundamental 1	1050	175	32	25	15	370	35	750	8	140	4