

CARDÁPIO SEMANAL

AGOSTO- 2025

SEGUNDA-FEIRA 04/08/2025	TERÇA-FEIRA 05/08/2025	QUARTA-FEIRA 06/08/2025	QUINTA-FEIRA 07/08/2025	SEXTA – FEIRA 08/08/2025
- Arroz - Feijão - Carne moída com legumes -Salada	- Arroz - Canjiquinha mineira c/ Carne Suína refogada cozida com alho, cebola e cheiro verde - Salada	- Sopa de Macarrão c/ feijão, Carne Bovina posta vermelha, cenoura, batata e cheiro verde - Salada	- Arroz - Feijão - Peito de frango c/ Grão de Bico, milho e ervilha - Salada	- Arroz - Feijão - Carne cozida(coxão duro) com mandioca - Salada

Composição nutricional (média semanal)	Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
	459,11 Kcal	30 g	58 g	11 g

CARDÁPIO SEMANAL

AGOSTO- 2025

SEGUNDA-FEIRA 11/08/2025	TERÇA-FEIRA 12/08/2025	QUARTA-FEIRA 13/08/2025	QUINTA-FEIRA 14/08/2025	SEXTA – FEIRA 15/08/2025
<ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Omelete assada ou refogada c/ legumes ralado (abobrinha, cenoura, cebola e cheiro verde) - Salada 	<ul style="list-style-type: none"> -Arroz - Estrogonofe com Filé de Peito de Frango - Salada 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão cozido c/ lentilha - Carne Suína Cozida/Refogada c/ cebola picadinha e cheiro verde - Salada 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz -Sopa de Mandioca carne bovina (Coxão Duro), ervilha seca e cenoura ralada - Salada 	<p>FERIADO: ASSUNÇÃO DE NOSSA SENHORA</p>

Composição nutricional (média semanal)	Energia	Proteína	Carboidrato		Lipídio
	372,5 Kcal	19,25 g	53,75 g		15,75g

CARDÁPIO SEMANAL
AGOSTO- 2025

SEGUNDA-FEIRA 18/08/2025	TERÇA-FEIRA 19/08/2025	QUARTA-FEIRA 20/08/2025	QUINTA-FEIRA 21/08/2025	SEXTA – FEIRA 22/08/2025
<p>- Macarrão c/ molho à bolonhesa (Carne Bovina Moída), milho e ervilha.</p> <p>- Salada</p>	<p>- Arroz</p> <p>- Polenta</p> <p>- Peito de frango ao molho e grão de bico cozido</p> <p>- Salada</p>	<p>- Arroz</p> <p>- Feijão cozido c/ lentilha</p> <p>- Vaca Atolada c/ pacú da fraldinha e mandioca.</p> <p>Salada</p>	<p>- Arroz</p> <p>- Feijão</p> <p>- Filé de coxa assada com batata doce, cebola e tomate.</p> <p>- Salada</p>	<p>- Arroz</p> <p>- Feijão cozido c/ lentilha</p> <p>Carne Bovina posta vermelha cozida</p> <p>- Salada</p>

Composição nutricional (média semanal)	Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
	408,72 Kcal	25 g	55 g	9 g

CARDÁPIO SEMANAL

AGOSTO- 2025

SEGUNDA-FEIRA 25/08/2025	TERÇA-FEIRA 26/08/2025	QUARTA-FEIRA 27/08/2025	QUINTA-FEIRA 28/08/2025	SEXTA – FEIRA 29/08/2025
<ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Ovos cozidos c/ molho ao sugo (tomate) e cheiro verde - Salada 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Canjiquinha mineira - Carne Suína refogada com cebola, alho, cheiro verde e para finalizar, tomates picadinho - Salada 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Carne Bovina (Posta Vermelha) cozida com legumes - Salada 	<ul style="list-style-type: none"> - Sopa de macarrão, grão de bico, Filé de Peito de Frango, batata e cenoura 	<ul style="list-style-type: none"> - Arroz - Feijão - Carne moída com batata - Salada

Composição nutricional (média semanal)	Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
	459,11	30 g	58 g	11 g



▶ SECRETARIA
EDUCAÇÃO

Prefeitura Municipal de Umuarama
Divisão de Alimentação Escolar



Nutricionistas responsáveis: Anaysa Borges Soares CRN8/15427, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg CRN 8/14299