



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –AGOSTO 2023 EPITACIO PESSOA

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

31/07 A 04/08	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	PLANEJAMENTO	Pão de Queijo com Chá de Erva Cidreira	Pão Francês com Requeijão e Chá Mate.	Pão FATIADO com Nata e Chá de Capim Limão. Banana	Omelete e Maçã.
ALMOÇO 12:00	PLANEJAMENTO	Arroz, Feijão, Carne de Panela com Batata e Cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Macarrão caseiro Carne Moída em molho e Salada de Beterraba Ralada.	Feijoada com carne suína, Arroz Parbolizado, Farofa de couve manteiga e cenoura. Salada de Alface
LANCHE VESPERTINO 15:20	Macarrão Rigatoni com carne moída e Salada de REPOLHO	Sagu com suco de uva COM creme branco (LEITE EM PÓ).	Torta Salgada de Carne Moída e Suco de Uva	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura).	Risoto de Frango Salada de Repolho com Cenoura ralada.
07/08 a 11/08	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Bolacha Amanteigada de Chocolate e Chá de Sidro	Bolo Simples e Chá Mate	Pão Francês Margarina e Leite com Mascau.	Crepioca com tomate cubos e orégano. Laranja	Cuca e Café com Leite.
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, macarrão rigatoni com carne moída e salada de Repolho e cenoura ralada.	Arroz, Feijão, Carne de Panela, creme de milho Salada Repolho com Tomate.	Arroz, feijão, Frango em molho, mandioca e salada de Cenoura cozida	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de espinafre com cenoura. Salada de Alface	Arroz, Feijão, Polenta com Frango em molho, salada de beterraba cozida.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Galinhada (com açafrão/arroz branco) e Salada de Alface	Torta Salgada com Frango e Suco de Uva	Polenta com suína em molho e Salada de Repolho, Banana.	Sopa de Frango com Macarrão Cabelo de Anjo e Legumes (Batata e Cenoura)	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura).



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –AGOSTO 2023 EPITACIO PESSOA

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

14/08 a 18/08	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito Salgado e Chá de Capim Limão	FERIADO	Omelete e Maçã	Bolacha de milho e Café com Leite, banana.	Pão Fatiado com Nata e Chá Matte.
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Frango em molho, Batatas Refogadas Salada de Repolho com Tomate.	FERIADO	Arroz, feijão , nhoque ao molho com carne moída, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, Feijão, carne de panela ,farofa de repolho com cenoura Salada beterraba cozida	Arroz, feijão, frango assado com batata doce , salada de alface
LANCHE VESPERTINO 15:20	Polenta com carne moída em molho e salada de repolho	FERIADO	Canja de Frango com Arroz Branco e Legumes (Batata e Cenoura).	Sopa de Musculo com Macarrão Letrinha e Legumes (Batata e Cenoura)	Sagu com suco de uva COM creme branco (LEITE FLUIDO) ,
21/08 a 25/08	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito Rosca em calda e Chá Mate.	Pão de Queijo com Chá de Erva Doce	Pão Francês com apresuntado e queijo e Chá de Maçã com Canela.	Pão FATIADO com Doce de Frutas e Chá de Sidro. Banana	Omelete e Laranja.
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Ovo Mexido, Salada beterraba com Cenoura cozida.	Arroz, Feijão, Carne de Panela com batatas em molho, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Polenta, Carne Moída em molho, Salada de Repolho.	Feijoada com carne suína, Arroz, farofa de couve manteiga com cenoura, Salada de Alface.	Arroz, Feijão, Frango assado com Batata Doce Salada de Repolho com Cenoura ralada.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Bolo simples e Suco de Uva	Polenta com suína em molho e Salada de Alface,	Torta Salgada de Frango e Suco de Uva	Risoto de frango (arroz branco) salada de repolho	Macarrão caseiro com Moída em Molho e Salada de Cenoura e



MUNICÍPIO DE FRANCISCO BELTRÃO – PR / ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SMEC
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL –AGOSTO 2023 EPITACIO PESSOA

Nutricionista Ana Paula Defant – CRN 10181 / Joelen Raiana Favaro Ries – CRN8-8209

					Beterraba
--	--	--	--	--	-----------

28/08 a 01/09	1ª OPÇÃO	2ª OPÇÃO	3ª OPÇÃO	4ª OPÇÃO	5ª OPÇÃO
LANCHE MATUTINO 9:40	Biscoito Salgado e Chá de Capim Limão	Bolo Simples e Chá Mate	PLANEJAMENTO	Pão FATIADO com Margarina e Leite com Mascau.	Salada de Frutas
ALMOÇO 12:00	Arroz, Feijão, Macarrão Rigatoni com Carne Moída em molho e Salada de Beterraba Ralada.	Arroz, Feijão, Carne Suína em molho, Mandioca , Salada de Alface	PLANEJAMENTO	Arroz, Feijão, Polenta, Frango em molho, Salada de Repolho.	Arroz, Feijão, Panqueca com espinafre c/ moída em molho, Salada de Alface.
LANCHE VESPERTINO 15:20	Torta Salgada de Frango e Suco de Uva	Polenta com Carne Moída em Molho e Salada de Repolho .	Pão Francês com Carne Moída e Chá de Endro.	Sopa de feijão com macarrão conchinha e legumes (batata e cenoura)	Risoto de Frango Salada de Repolho com Cenoura ralada.