



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E INTEGRAL – Fevereiro/2025

Nutricionista RT Kelly Gelinski – CRN8 1998 / Nutricionista QT Poliana Bortoluzzi – CRN8 8069



Alfredo Rosa – Zero Lactose

			QUARTA-FEIRA (05-02)	QUINTA-FEIRA (06-02)	SEXTA-FEIRA (07-02)
DESJEJUM			Chá Biscoito salgado zero lactose	Chá Kuka recheada sem leite	Café com leite zero lactose Biscoito salgado zero lactose
LANCHE DA MANHÃ			Creme de cacau com leite zero lactose e biscoito zero lactose	Salada Risoto Legumes cozidos	Bolacha zero lactose Creme preto e Branco com leite zero lactose
ALMOÇO			Salada Arroz/ Feijão Linguicinha e batata assada	_____	Arroz/ Feijão Macarrão com carne ao molho
LANCHE I			Canjica com leite zero lactose e coco Bolacha salgada zero lactose Fruta	Salada Risoto Legumes cozidos	Bolacha zero lactose Creme preto e Branco com leite zero lactose
LANCHE II			Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E INTEGRAL – Fevereiro/2025

Nutricionista RT Kelly Gelinski – CRN8 1998 / Nutricionista QT Poliana Bortoluzzi – CRN8 8069



	SEGUNDA-FEIRA (10-02)	TERÇA-FEIRA (11-02)	QUARTA-FEIRA (12-02)	QUINTA-FEIRA (13-02)	SEXTA-FEIRA (14-02)
DESJEJUM	Chá Bolacha rosquinha zero lactose	Cacau com leite zero lactose Bolacha salgada zero lactose	Chá Bolacha caseira zero lactose	Café com leite zero lactose Pão com margarina zero lactose	Achocolatado zero lactose Bolacha rosquinha
LANCHE DA MANHÃ	Creme branco zero lactose Biscoito salgado zero lactose	Arroz/ Feijão Carne de panela com vegetais Salada	Canjica com leite zero lactose e coco Bolacha salgada zero lactose Fruta	Salada Macarronada com frango Legumes cozidos	Chá Bolo de cacau sem leite
ALMOÇO	Macarrão com molho de tomate e ovos cozidos Salada	_____	Salada Virado de feijão Legumes cozidos	_____	Arroz/ Feijão Quirera com carne
LANCHE I	Chá Farofa de Legumes Bolacha doce zero lactose	Arroz/ Feijão Carne de panela com vegetais Salada	Canjica com leite zero lactose e coco Bolacha salgada zero lactose Fruta	Salada Macarronada com frango Legumes cozidos	Chá Bolo de cacau sem leite
LANCHE II	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E INTEGRAL – Fevereiro/2025

Nutricionista RT Kelly Gelinski – CRN8 1998 / Nutricionista QT Poliana Bortoluzzi – CRN8 8069



	SEGUNDA-FEIRA (17-02)	TERÇA-FEIRA (18-02)	QUARTA-FEIRA (19-02)	QUINTA-FEIRA (20-02)	SEXTA-FEIRA (21-02)
DESJEJUM	Cacau com Leite zero lactose Pão com doce	Chá Bolacha salgada zero lactose	Café com leite Biscoito rosquinha zero lactose	Achocolatado Biscoito maisena zero lactose	Chá Virado de Ovo
LANCHE DA MANHÃ	Chá Biscoito rosquinha zero lactose	Arroz/ Feijão Polenta com frango Salada	Chá Bolacha salgada zero lactose	Arroz/ Feijão Mandioca cozida Linguicinha	Torta de Bolacha zero lactose
ALMOÇO	Macarrão com molho de tomate e ovos cozidos Salada	_____	Salada Arroz/ Feijão Pure de batata com carne moída	_____	Salada Macarronada com frango Legumes com frango
LANCHE I	Chá Virado de feijão	Arroz/ Feijão Polenta com frango Salada	Salada Virado de feijão	Arroz/ Feijão Mandioca cozida Linguicinha	Torta de Bolacha zero lactose
LANCHE II	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E INTEGRAL – Fevereiro/2025

Nutricionista RT Kelly Gelinski – CRN8 1998 / Nutricionista QT Poliana Bortoluzzi – CRN8 8069



	SEGUNDA-FEIRA (24-02)	TERÇA-FEIRA (25-02)	QUARTA-FEIRA (26-02)	QUINTA-FEIRA (27-02)	SEXTA-FEIRA (28-02)
DESJEJUM	Cacau com Leite zero lactose Pão com doce	Chá Bolacha salgada zero lactose	Café com leite Biscoito rosquinha zero lactose	Achocolatado Biscoito maisena zero lactose	Chá Bolacha salgada zero lactose
LANCHE DA MANHÃ	Chá Bolacha Rosquinha zero lactose	Salada Arroz/ feijão Pure com carne moída e cenoura	Leite zero lactose batido com fruta e aveia	Arroz com lentilha Carne de panela com legumes Salada	Café com leite zero lactose Bolo de fubá sem leite
ALMOÇO	Arroz com vegetais Feijão Ovos mexidos	_____	Quirera com carne de frango Salada	_____	Arroz/ feijão Carne com vegetais Salada
LANCHE I	Sagú Biscoito salgado zero lactose	Salada Arroz/ feijão Pure com carne moída e cenoura	Chá Farofa de ovos	Arroz com lentilha Carne de panela com legumes Salada	Bolacha caseira zero lactose Creme preto e Branco zero lactose
LANCHE II	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha zero lactose	Fruta e/ou Bolacha



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL E INTEGRAL – Fevereiro/2025

Nutricionista RT Kelly Gelinski – CRN8 1998 / Nutricionista QT Poliana Bortoluzzi – CRN8 8069



COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)

SEMANA 1			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
1.477 Kcal	900 gr	206 gr	369 gr
	61 %	14%	25%

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)

SEMANA 2			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
1.715 Kcal	977 gr	222 gr	514 gr
	57 %	13 %	30 %

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)

SEMANA 3			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
1.693 Kcal	1.066 gr	203 gr	423 gr
	63 %	12 %	25 %

*Alfredo Rosa – Zero Lactose

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)

SEMANA 4			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
1.821 Kcal	1.183 gr	200 gr	437 gr
	65 %	11 %	24 %

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)

SEMANA 5			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP

Kelly Gelinski
Nutricionista RT – CRN8 1998

Poliana Bortoluzzi
Nutricionista QT – CRN8 8069