



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – Dezembro/2023

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



					SEXTA-FEIRA (01-12)
1ª SEMANA					Achocolatado Bolo de Fubá
	SEGUNDA-FEIRA (04-12)	TERÇA-FEIRA (05-12)	QUARTA-FEIRA (06-12)	QUINTA-FEIRA (07-12)	SEXTA-FEIRA (08-12)
2ª SEMANA	Chá Farofa de legumes Bolacha doce	Macarrão com molho vermelho Ovos Salada	Feijão Quirera com Carne Suína Salada	Chá Virado de Feijão Fruta	Canjica com leite e canela Fruta
	SEGUNDA-FEIRA (11-12)	TERÇA-FEIRA (12-12)	QUARTA-FEIRA (13-12)	QUINTA-FEIRA (14-12)	SEXTA-FEIRA (15-12)
3ª SEMANA	Macarrão Alho e óleo Ovos	Chá Farofa de legumes e carne	Risoto Fruta Salada	Arroz e Feijão Linguicinha assada Salada	Creme branco e preto Bolacha
	SEGUNDA-FEIRA (18-12)	TERÇA-FEIRA (19-12)	QUARTA-FEIRA (20-12)		
4ª SEMANA	Chá Virado de Feijão	Arroz Polenta com frango Salada Fruta	Achocolatado Bolo de Chocolate Fruta		

- **Cardápio sujeito a modificações**



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – Dezembro/2023

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
430kcal	150g	47g	103g
	65%	11%	24%

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
635kcal	396g	88g	144g
	63%	14%	23%

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
618kcal	247g	61g	185g
	60%	10%	30%

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
580kcal	165g	81g	156g
	59%	14%	27%

KELLY GELINSKI
Nutricionista
CRN 8 1998

Kelly Gelinski
Kelly Gelinski

Nutricionista RT – CRN8 1998

Poliana Bortoluzzi
Nutricionista
CRN 8 8069

Poliana Bortoluzzi
Poliana Bortoluzzi

Nutricionista QT – CRN8 8069