



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

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

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



	SEGUNDA-FEIRA (01-05)	TERÇA-FEIRA (02-05)	QUARTA-FEIRA (03-05)	QUINTA-FEIRA (04-05)	SEXTA-FEIRA (05-05)
<b>1ª SEMANA</b>	FERIADO	Chá Farofa de legumes e ovos Fruta	Chocolate quente Pão Francês Margarina ou Doce de frutas Mamão	Arroz Feijão ou lentilha Linguicinha refogada Almeirão	Polenta Frango ao molho Mamão Salada
<b>2ª SEMANA</b>	SEGUNDA-FEIRA (08-05) Sopa de legumes, arroz e frango	TERÇA-FEIRA (09-05) Chá Virado de Ovo (farinha de milho) Salada	QUARTA-FEIRA (10-05) Arroz e Feijão Carne com batata ao molho Fruta	QUINTA-FEIRA (11-05) Salada Quirerinha com lombo suíno Fruta	SEXTA-FEIRA (12-05) Canjica com coco e leite
<b>3ª SEMANA</b>	SEGUNDA-FEIRA (15-05) Macarrão alho e óleo Ovos mexidos	TERÇA-FEIRA (16-05) Quirerinha Carne bovina ao molho Salada Fruta	QUARTA-FEIRA (17-05) Sagu com leite Biscoito salgado Fruta	QUINTA-FEIRA (18-05) Arroz e feijão Estrogonofe de carne bovina Salada	SEXTA-FEIRA (19-05) Chocolate quente Bolo de fubá Fruta
<b>4ª SEMANA</b>	SEGUNDA-FEIRA (22-05) Chá Virado de feijão	TERÇA-FEIRA (23-05) Feijão Macarrão com frango ao molho Salada Fruta	QUARTA-FEIRA (24-05) Leite com chocolate Pão com margarina ou doce Fruta	QUINTA-FEIRA (25-05) Polenta Carne moída ao molho Salada	SEXTA-FEIRA (26-05) Chá Bolo de chocolate 50% Fruta
<b>5ª SEMANA</b>	SEGUNDA-FEIRA (29-05) Sopa de feijão com Quirerinha, legumes e carne	TERÇA-FEIRA (30-05) Chá Torta de bolacha	QUARTA-FEIRA (31-05) Arroz com vegetais Feijão Carne bovina ao molho 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 – Maio/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
468,25kcal	70g	14,47g	16,01g
	59%	12%	30%

**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
501,08kcal	71,25g	18g	16,05g
	57%	14%	29%

**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
528kcal	75g	18,3g	18g
	56%	14%	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
537kcal	87g	19g	12g
	64%	14%	22%

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)**

SEMANA 5			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
410kcal	55g	15,3g	13g
	54%	15%	30%

**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