



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

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

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



					SEXTA-FEIRA (01-09)
1ª SEMANA					Sagu com leite Bolacha Fruta
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA (04-09)	TERÇA-FEIRA (05-09)	QUARTA-FEIRA (06-09)	QUINTA-FEIRA (07-09)	SEXTA-FEIRA (08-09)
	Sopa de feijão com quirerinha	Risoto Salada Fruta	Arroz e Feijão Polenta com carne de gado ao molho Salada	FERIADO	Chá Bolo de Chocolate
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA (11-09)	TERÇA-FEIRA (12-09)	QUARTA-FEIRA (13-09)	QUINTA-FEIRA (14-09)	SEXTA-FEIRA (15-09)
	Macarrão Alho e óleo Ovos Salada	Chá Farofa de vegetais com carne	Feijão Quirera com Carne Salada	Torta de Bolacha Fruta	Sopa de legumes com frango e macarrão
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA (18-09)	TERÇA-FEIRA (19-09)	QUARTA-FEIRA (20-09)	QUINTA-FEIRA (21-09)	SEXTA-FEIRA (22-09)
	Macarrão com frango ao molho Salada	Sopa de legumes e arroz	Arroz e Feijão Linguicinha assada Salada	Achocolatado Pão com margarina e doce Fruta	Chá Farofa de legumes e ovos Fruta
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA (25-09)	TERÇA-FEIRA (26-09)	QUARTA-FEIRA (27-09)	QUINTA-FEIRA (28-09)	SEXTA-FEIRA (29-09)
	Chá Virado de Feijão	Arroz e Feijão Carne com legumes Salada	Canjica com leite e coco	Sopa de frango, macarrão e legumes	Achocolatado Bolo de fubá

• **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 – Setembro/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
370,25kcal	196g	37g	28g
	63%	10%	27%

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
505kcal	210g	60g	19g
	58%	15%	27%

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)

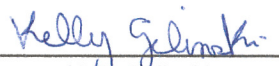
SEMANA 3			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
565,9kcal	178g	42g	23g
	60%	14%	26%

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)

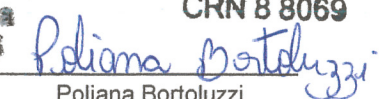
SEMANA 4			
Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
612kcal	164g	46g	20g
	61%	15%	24%

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
562,46kcal	281g	38g	26g
	65%	10%	25%


Kelly Gelinski
Nutricionista RT – CRN8 1998

KELLY GELINSKI
Nutricionista
CRN 8 1998

Poliana Bortoluzzi
Nutricionista
CRN 8 8069

Poliana Bortoluzzi
Nutricionista QT – CRN8 8069