



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – Novembro/2024

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



CERBI – 50 ALUNOS INTEGRAL

					SEXTA-FEIRA (01-11)
LANCHE DA MANHÃ					Sagú Biscoito salgado
ALMOÇO					Arroz/ Feijão Carne com vegetais Salada
LANCHE DA TARDE					Sagú Biscoito salgado

	SEGUNDA-FEIRA (04-11)	TERÇA-FEIRA (05-11)	QUARTA-FEIRA (06-11)	QUINTA-FEIRA (07-11)	SEXTA-FEIRA (08-11)
LANCHE DA MANHÃ	Chá Bolacha doce e salgada	Arroz/ Feijão Carne de panela com vegetais Salada	Canjica com leite e coco Bolacha salgada Fruta	Salada Risoto Legumes cozidos	Chá Bolo de cacau
ALMOÇO	Salada Farofa de Legumes	—————	Salada Arroz/ Feijão Linguicinha e batata assada	—————	Salada Arroz com lentilha Frango ao molho com legumes
LANCHE DA TARDE	Creme de cacau Biscoito rosquinha	Arroz/ Feijão Carne de panela com vegetais Salada	Canjica com leite e coco Bolacha salgada Fruta	Salada Risoto Legumes cozidos	Chá Bolo de cacau

- **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 – Novembro/2024

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



	SEGUNDA-FEIRA (11-11)	TERÇA-FEIRA (12-11)	QUARTA-FEIRA (13-11)	QUINTA-FEIRA (14-11)	SEXTA-FEIRA (15-11)
LANCHE DA MANHÃ	Creme branco Biscoito Salgado	Arroz/ Feijão Polenta com frango Salada	Canjica com leite Bolacha salgada Fruta	Arroz/ Feijão Mandioca cozida Linguicinha	
ALMOÇO	Macarrão com molho de tomate e ovos cozidos Salada	_____	Salada Virado de feijão Legumes cozidos	_____	Feriado
LANCHE DA TARDE	Creme branco Biscoito Salgado	Arroz/ Feijão Polenta com frango Salada	Canjica com leite Bolacha salgada Fruta	Arroz/ Feijão Mandioca cozida Linguicinha	

	SEGUNDA-FEIRA (18-11)	TERÇA-FEIRA (19-11)	QUARTA-FEIRA (20-11)	QUINTA-FEIRA (21-11)	SEXTA-FEIRA (22-11)
LANCHE DA MANHÃ	Creme preto e Branco Biscoito	Salada Arroz/ feijão Pure com carne moída e cenoura	Canjica Fruta	Café com leite Pão com margarina e doce Fruta	Chá Torta de bolacha Fruta
ALMOÇO	Arroz com vegetais/ Feijão Ovos mexidos	_____	Salada Arroz/ feijão Pure com carne moída	_____	Salada Macarronada com frango, legumes cozidos
LANCHE DA TARDE	Creme preto e branco Biscoito	Salada Arroz/ feijão Pure com carne moída e cenoura	Canjica Fruta	Café com leite Pão com margarina e doce Fruta	Chá Torta de bolacha Fruta



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – Novembro/2024

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



	SEGUNDA-FEIRA (25-11)	TERÇA-FEIRA (26-11)	QUARTA-FEIRA (27-11)	QUINTA-FEIRA (28-11)	SEXTA-FEIRA (29-11)
LANCHE DA MANHÃ	Sagú Biscoito salgado	Sopa de Feijão com macarrão cabelo de anjo, legumes e carne	Torta de bolacha	Chá Bolo de Fubá	Bolacha caseira Creme preto e Branco
ALMOÇO	Chá Farofa de ovos com legumes	_____	Arroz com lentilha Carne de panela com legumes Salada	_____	Arroz/Feijão Quirera com carne de frango Salada
LANCHE DA TARDE	Sagú Biscoito salgado	Sopa de Feijão com macarrão cabelo de anjo, legumes e carne	Torta de bolacha	Chá Bolo de Fubá	Bolacha caseira Creme preto e Branco



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – Novembro/2024

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
1.598 Kcal	894 gr	239 gr	463 gr
	56 %	15 %	29 %

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
1.677 Kcal	1.039 gr	218 gr	419 gr
	62 %	13 %	25 %

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
1.632 Kcal	1.060 gr	195 gr	375 gr
	65 %	12%	23 %

- CERBI

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
1.692 Kcal	998 gr	186 gr	507 gr
	59 %	11 %	30 %

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
1.730 Kcal	1.089 gr	259 gr	380 gr
	63 %	15 %	22 %

Kelly Gelinski
Nutricionista RT – CRN8 1998

Poliana Bortoluzzi
Nutricionista QT – CRN8 8069