



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



CETATI – Zero Lactose

			QUARTA-FEIRA (05-02)	QUINTA-FEIRA (06-02)	SEXTA-FEIRA (07-02)
LANCHE DA MANHÃ			Creme de cacau e biscoito zero lactose	Salada Risoto Legumes cozidos	Bolacha zero lactose Creme preto e Branco 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 zero lactose

	SEGUNDA-FEIRA (10-02)	TERÇA-FEIRA (11-02)	QUARTA-FEIRA (12-02)	QUINTA-FEIRA (13-02)	SEXTA-FEIRA (14-02)
LANCHE DA MANHÃ	Creme branco 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 zero lactose
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 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)
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

	SEGUNDA-FEIRA (24-02)	TERÇA-FEIRA (25-02)	QUARTA-FEIRA (26-02)	QUINTA-FEIRA (27-02)	SEXTA-FEIRA (28-02)
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



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 %

*CETATI – 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