



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

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

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



CERBI – 50 ALUNOS INTEGRAL

		TERÇA-FEIRA (01-10)	QUARTA-FEIRA (02-10)	QUINTA-FEIRA (03-10)	SEXTA-FEIRA (04-10)
LANCHE DA MANHÃ		Arroz/Feijão Quirera com carne de frango Salada	Sagú Biscoito salgado	Arroz/ Feijão Carne de panela com vegetais Salada	Cacau com Leite Bolo simples
ALMOÇO		_____	Salada Arroz/feijão Polenta com frango	_____	Arroz/ Feijão Carne com vegetais Salada
LANCHE DA TARDE		Arroz/Feijão Quirera com carne de frango Salada	Sagú Biscoito salgado	Arroz/ Feijão Carne de panela com vegetais Salada	Cacau com Leite Bolo simples

	SEGUNDA-FEIRA (07-10)	TERÇA-FEIRA (08-10)	QUARTA-FEIRA (09-10)	QUINTA-FEIRA (10-10)	SEXTA-FEIRA (11-10)
LANCHE DA MANHÃ	Chá Bolacha doce e salgada	Salada Arroz com vegetais Feijão com carne suína	Chá Kuka recheada Fruta	Salada Macarronada com frango ao molho	Bolacha salgada Creme preto e Branco
ALMOÇO	Chá Virado de Feijão Bolacha doce	_____	Salada Arroz/ Feijão Linguicinha e batata assada	_____	Salada Arroz com lentilha Frango ao molho com legumes
LANCHE DA TARDE	Creme de cacau Biscoito rosquinha	Salada Arroz com vegetais Feijão com carne suína	Chá Kuka recheada Fruta	Salada Macarronada com frango ao molho	Bolacha salgada Creme preto e Branco

- **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 – Outubro/2024

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



	SEGUNDA-FEIRA (14-10)	TERÇA-FEIRA (15-10)	QUARTA-FEIRA (16-10)	QUINTA-FEIRA (17-10)	SEXTA-FEIRA (18-10)
LANCHE DA MANHÃ	Creme branco Biscoito Salgado	Arroz/ Feijão Polenta com frango Salada	Canjica com leite Bolacha salgada Fruta	Arroz Mandioca cozida Estrogonofe com milho	Chá Torta de bolacha Fruta
ALMOÇO	Macarrão com molho de tomate e ovos cozidos Salada	_____	Arroz/ Feijão Macarrão com carne de panela	_____	Arroz/Feijão Farofa de ovos com legumes
LANCHE DA TARDE	Creme branco Biscoito Salgado	Arroz/ Feijão Polenta com frango Salada	Canjica com leite Bolacha salgada Fruta	Arroz Mandioca cozida Estrogonofe com milho	Chá Torta de bolacha Fruta

	SEGUNDA-FEIRA (21-10)	TERÇA-FEIRA (22-10)	QUARTA-FEIRA (23-10)	QUINTA-FEIRA (24-10)	SEXTA-FEIRA (25-10)
LANCHE DA MANHÃ	Creme preto e Branco Biscoito	Canja Bolacha doce	Canjica Fruta	Café com leite Pão com margarina e doce Fruta	Chá Torta de bolacha Fruta
ALMOÇO	Arroz Virado de feijão Batata com molho	_____	Salada Arroz/ feijão Pure com carne moída	_____	Salada Macarronada com frango
LANCHE DA TARDE	Creme preto e branco Biscoito	Canja Bolacha doce	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 – Outubro/2024

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



	SEGUNDA-FEIRA (28-10)	TERÇA-FEIRA (29-10)	QUARTA-FEIRA (30-10)	QUINTA-FEIRA (31-10)	
LANCHE DA MANHÃ	Sagú Biscoito salgado	Sopa de Feijão com macarrão cabelo de anjo, legumes e carne	Torta de bolacha	Chá Bolo de Fubá	
ALMOÇO	Arroz/Feijão Carne em molho com vegetais	_____	Salada Risoto	_____	
LANCHE DA TARDE	Sagú Biscoito salgado	Sopa de Feijão com macarrão cabelo de anjo, legumes e carne	Torta de bolacha	Chá Bolo de Fubá	



PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BONITO DO IGUAÇU – PR

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – Outubro/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
1.766 Kcal	1.077 gr	211 gr	476 gr
	61%	12%	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
1.619 Kcal	971 gr	242 gr	404 gr
	60%	15%	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
1.591 Kcal	890 gr	238 gr	461 gr
	56%	15%	29%

- 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
1.602 Kcal	945 gr	192 gr	464 gr
	59%	12%	29%

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
1.524 Kcal	975 gr	198 gr	350 gr
	64%	13%	23%

Kelly Gelinski
Nutricionista RT – CRN8 1998

Poliana Bortoluzzi
Nutricionista QT – CRN8 8069