

# Município de Catanduvas

CNPJ: 76.208.842/0001-03



## CARDÁPIO ESCOLAS FUNDAMENTAIS – SETEMBRO, 2020

| Segunda-feira                      | Terça-feira                              | Quarta-feira  | Quinta-feira                            | Sexta-feira  |
|------------------------------------|--|---|---|--|
|                                    | 1  | 2   | 3                                       | 4  |
|                                    | Arroz carne moída e<br>salada ou legumes | Sopa de legumes,<br>frango e macarrão                           | Quirera com carne de<br>porco e legumes | Chá com bolacha e<br>fruta                         |
| 7                                  | 8  | 9   | 10                                      | 11   |
|                                    | Sopa de legumes,<br>arroz e frango       | Farofa de ovos e chá  | Quirerinha com frango<br>e salada       | Chá ou suco com pão<br>(doce/margarina) e<br>fruta |
| 14                                 | 15                                       | 16  | 17                                      | 18   |
| Macarrão com frango<br>e legumes   | Polenta com carne<br>moída e salada      | Arroz, feijão carne<br>(acem) em molho com<br>legumes ou salada | Risoto de frango com<br>legumes         | Canjica  |
| 21                                 | 22                                       | 23  | 24                                      | 25   |
| Quirerinha com frango<br>e legumes | Macarrão com carne<br>moída              | Virado de feijão e chá  | Mandioca com carne<br>em molho e salada | logurte e bolacha                                  |
| 28                                 | 29                                       | 30  |   |  |
| Polenta com frango e<br>legumes    | Macarrão a bolonhesa<br>com legumes      | Sopa de legumes com<br>macarrão e carne                         |   |  |

### Média dos Nutrientes das Refeições/Lanches

|                   | Kcal | Carboidratos | Proteínas | Gorduras |
|-------------------|------|--------------|-----------|----------|
| 1 porção (~200 g) | 300  | 42,5         | 10        | 10       |

  
Daniel M. Enokida  
Nutricionista RT – CRN8: 4184