

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROPOSTA DE CARDÁPIO ALMOÇO ESCOLA LEONEL BRIZOLA

Modalidade de ensino: ENSINO INTEGRAL

Mês ref: FEVEREIRO A AGOSTO/2025

FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Obs: O cardápio só poderá ser alterado, se comunicado com antecedência e autorizado pela Divisão de Alimentação Escolar.

Os cálculos nutricionais se encontram nas últimas folhas deste arquivo.

Elaborado por:
Élister Lílían Brum Balestrín Fanin
Nutricionista - 3650

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROPOSTA DE CARDÁPIO ALMOÇO ESCOLA LEONEL BRIZOLA

Modalidade de ensino: ENSINO INTEGRAL

Mês ref: FEVEREIRO A AGOSTO/2025

FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

SEMANA 1 (primeira semana do mês)

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA- FEIRA
ALMOÇO 11:45	Purê de batata, frango ao molho, couve flor e salada de alface	Arroz, feijão, ovos mexidos com legumes e salada de folhas verde com tomate	Arroz, feijão, picadinho de carne, vagem e beterraba cozidas e salada de almeirão	Arroz integral, feijão, bife, quiabo e salada de tomate com alface picada	Arroz integral, feijão, carne suína, couve flor e salada de pepino com tomate

SEMANA 2 (segunda semana do mês)

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA- FEIRA
ALMOÇO 11:45	Macarronada de ora-pro-nóbis com carne e legumes e salada de chicória e beterraba	Arroz, feijão com beterraba, frango com creme de milho e salada de rúcula	Mandiocada e salada de alface, vagem e tomate	Polenta ao molho de frango, brócolis e chuchu e salada de chicória	Arroz, feijão, picadinho de carne com legumes e salada de repolho com cenoura

SEMANA 3 (terceira semana do mês)

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA- FEIRA
ALMOÇO 11:45	Canjiquinha, couve flor e salada de pepino com tomate	Arroz, feijão, picadinho de carne, brócolis cozidos e salada de tomate com almeirão	Arroz, feijão, bife acebolado, quiabo refogado e salada colorida	Arroz, feijão, frango assado, chuchu, cenoura e vagem refogados e salada de alface	Macarronada de frango ao molho de legumes e salada de repolho com cenoura

Elaborado por:
Élister Lílían Brum Balestrin Fanin
Nutricionista - 3650

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROPOSTA DE CARDÁPIO ALMOÇO ESCOLA LEONEL BRIZOLA

Modalidade de ensino: ENSINO INTEGRAL

Mês ref: FEVEREIRO A AGOSTO/2025

FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

SEMANA 4 (quarta semana do mês)

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA- FEIRA
ALMOÇO 11:45	Polenta, carne suína, chuchu e beterraba cozido e salada de repolho	Macarronada ao molho de carne, couve flor e salada de almeirão com tomate	Arroz, feijão, frango assado, abobora e salada de acelga com rúcula	Arroz, feijão, bife, quiabo e salada de cenoura com beterraba	Arroz, feijão, ovos mexidos e salada diversa de folhas verdes com tomate

SEMANA 5 (quinta semana do mês)

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA- FEIRA
ALMOÇO 11:45	Macarronada ao molho de carne, couve flor, cenoura, vagem, tomate e alface	Arroz, feijão, frango com legumes e salada de folhas verdes diversas	Arroz, feijão, frango assado, legumes refogados e salada diversa	Arroz, feijão, bife, chuchu, cenoura e vagem refogados e salada de alface	Arroz, feijão, carne suína, abobrinha e cenoura refogada e salada de rúcula

	Energia (kcal)	Proteína (g) % VET		Lipídeos (g) % VET		Carboidratos (g) % VET	
Semana 1	403	18,5	18,4	10,3	23,0	59	58,6
Semana 2	387	19,0	19,8	9,9	23,4	55	56,8
Semana 3	408	18,6	18,3	10,8	23,9	59	57,9
Semana 4	390	19,0	19,4	10,2	23,6	56	57,0
Semana 5	405	18,4	18,2	10,5	23,5	59	58,3

Elaborado por:
Élister Lílían Brum Balestrin Fanin
Nutricionista - 3650