

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: SETEMBRO A DEZEMBRO/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: SETEMBRO A DEZEMBRO/2025

FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

S	T	Q	Q	S
Mandioca cozida, músculo ao molho, couve flor e salada de alface	Arroz, feijão, frango assado, vagem e beterraba cozidas e salada de almeirão	PRIMEIRAS SEMANA Canjiquinha de carne suína, cenoura cozida em rodela, couve flor e salada de alface.	Arroz, lentilha, ovos mexidos com legumes e salada de folhas verde	Arroz integral, feijão, carne suína, couve flor e salada de pepino com tomate
Arroz, feijão com beterraba, frango com creme de milho e salada de rúcula	Arroz, feijão, carne de panela, couve flor, abobora e salada de alface	SEGUNDAS SEMANA Purê de batata, carne moída, salada de acelga, vagem e tomate	Risoto de frango com ervilha, cenoura cozida e salada de repolho	Polenta ao molho de frango, brócolis e chuchu e salada de chicória
Macarronada. Salada colorida (chicória com beterraba e vagem).	Arroz, feijão, estrogonofe de carne, abobora refogada e salada de alface	TERCEIRAS SEMANA Arroz, lentilha, frango assado, legumes refogados e salada de folhas verdes	Canjiquinha de carne suína, chuchu refogado, brócolis e salada de almeirão com tomate.	Frango cremoso da Ju, arroz, grão de bico e salada de couve flor com cenoura
Carreteiro, couve flor cozida e beterraba cozida.	Arroz, feijão com legumes, panqueca de frango e salada de folhas verdes	QUARTAS SEMANA Macarronada com carne e legumes e salada colorida	Polenta ao molho de carne, abobrinha refogada e salada de tomate com alface	Arroz, feijão, carne de panela, brócolis e cenoura.

Elaborado por:
Élister Lillian 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: SETEMBRO A DEZEMBRO/2025

FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

	Energia (kcal)	Proteína		Lipídeos		Carboidratos	
		(g)	% VET	(g)	% VET	(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 Lillian Brum Balestrin Fanin
Nutricionista - 3650