

**PREFEITURA MUNICIPAL DE IGARATINGA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**


Tipo de Ensino: ENSINO FUNDAMENTAL  
(Parcial: 20% das necessidades  
nutricionais diárias)

Mês: Fev/Mar/Abril  
TURNO: MANHÃ/ TARDE

Faixa etária: 6 a 14 anos  
Período: FEV a ABRIL DE 2025

**CARDÁPIO SEMANAL**

	<b>1ª Semana</b> 10/02 a 14/02 Recesso 31/03 a 04/04	<b>2ª Semana</b> 17/02 a 21/02 10/03 a 14/03 07/04 a 11/04 28/04 a 01/05	<b>3ª Semana</b> 24/02 a 28/02 17/03 a 21/03 14/04 a 18/04	<b>4ª Semana</b> Recesso 24/03 a 28/03 21/04 a 25/04
<b>Segunda-feira</b>	Arroz colorido (arroz, cenoura, repolho e batata picada, carne de boi moída cozida). Salada de beterraba cozida.	Macarrão Espaguete com batata cozida ao molho de Tomate / carne Boi moída temperado com Alho/sal/Pimentão	Arroz primavera (chuchu picado, beterraba ralada, carne de boi moída)	Macarrão à bolonhesa tradicional (molho de carne de boi moída com cebola e pimentão picado)
<b>Terça-feira</b>	Macarrão Picado com batata cozida ao molho de tomate / carne de boi moído.	Carne de porco desfiada cozida com abóbora moranga. Arroz com cenoura ralada e repolho picado.	Arroz colorido (cenoura ralada, batata cozida, tomate e cebola picada) porco Desfiado.	Carne de porco desfiada cozida com abóbora moranga. Arroz com cenoura ralada e repolho picado.
<b>Quarta-feira</b>	Arroz com cenoura e carne de porco. Salada de alface com tomate. Sobremesa: Banana prata	Strogonoff de frango (leite, maisena) e Arroz com cenoura ralada Salada: Tomate/Alface Sobremesa: Banana prata	Torta colorida (farinha de trigo, ovos, pimentão, tomate, couve e talos picados, chuchu, repolho, batata, cenoura ralada, abóbora moranga) com frango desfiado/ Salada de beterraba cozida.	Arroz colorido (arroz, cenoura, repolho picado, carne de boi moída cozida). Salada de beterraba cozida. Sobremesa: Banana prata
<b>Quinta-feira</b>	Vaca atolada (Carne de boi com mandioca cozida) com arroz e cenoura ralada / feijão inteiro. Salada de tomate picado.	Macarrão Parafuso com batata cozida ao molho de tomate / carne de boi moído.	Feijão inteiro com Arroz e frango desfiado/ Salada de Alface e beterraba cozida. Sobremesa: Laranja	Feijão tropeiro (feijão inteiro, couve, ovos, legumes e farinha de mandioca) com Arroz branco Salada de beterraba
<b>Sexta-feira</b>	Feijão inteiro com Arroz e frango desfiado/ Salada de couve e beterraba cozida. Sobremesa: Laranja	Tropeiro (feijão inteiro, couve, ovos, cenoura ralada e farinha de mandioca) com Arroz branco Salada de beterraba. Sobremesa: Laranja	Farofa de Cenoura ralada com carne de boi moída e couve/ Arroz Branco/ Feijão inteiro. Sobremesa: Banana prata	Arroz com frango desfiado/Caldo de Feijão/ Salada de beterraba cozida e alface rasgada Sobremesa: Laranja

  
**Tiago Teixeira**  
Nutricionista  
CRN 9/6424

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
41	9	7,8	309

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
53	11	8	325,42

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
51	12	9	325

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			
Energia (Kcal):			
CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Kcal TOTAL
53	12	9	329

Tiago Teixeira CRN9: 6424

Obs.: Cardápio Sujeito a alterações, sem aviso prévio.

Horários: Manhã: 09:00 Tarde: 14:00