

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO – MORRETES-PR
CARDÁPIO PARA JORNADA AMPLIADA (ALMOÇO)– MAIO 2026**



SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL
				DIA 01	
				FERIADO	
DIA 04	DIA 05	DIA 06	DIA 07	DIA 08	
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM LEGUMES	MACARRÃO + FRANGO AO MOLHO SALADA: PEPINO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PORCO COM LEGUMES SALADA: ALFACE	RISOTO DE CARNE MOÍDA SALADA: COUVE	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 529,43KCAL PTNA(g): 17G LIPÍDEOS(g): 17G CARBOIDRATOS(g): 78G SÓDIO (mg): 85,56MG
DIA 11	DIA 12	DIA 13	DIA 14	DIA 15	
ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE OVO SALADA: PEPINO	MACARRÃO + CARNE SUÍNA SALADA: BETERRABA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA: TOMATE	RISOTO DE FRANGO SALADA: COUVE	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 556,21KCAL PTNA(g): 15G LIPÍDEOS(g): 17G CARBOIDRATOS(g): 86G SÓDIO (mg): 73,77MG
DIA 18	DIA 19	DIA 20	DIA 21	DIA 22	
ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO SALADA: TOMATE	RISOTO DE FRANGO SALADA: CHUCHU	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO, FAROFA DE MILHO SALADA: REPOLHO	MACARRÃO + CARNE MOÍDA SALADA: CHUCHU	ARROZ, FEIJÃO, QUIBE ASSADO SALADA: REPOLHO SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 531,51KCAL PTNA(g): 17G LIPÍDEOS(g): 16G CARBOIDRATOS(g): 79G SÓDIO (mg): 70,21MG
DIA 25	DIA 26	DIA 27	DIA 28	DIA 29	
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE SALADA: PEPINO	MACARRÃO + FRANGO AO MOLHO SALADA: ACELGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM PURÊ DE BATATA SALADA: PEPINO	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES SALADA: ACELGA	MACARRÃO COM CARNE DE PORCO SALADA: PEPINO SUCO DE FRUTA	ENERGIA: 564,00KCAL PTNA(g): 17G LIPÍDEOS(g): 17G CARBOIDRATOS(g): 85G SÓDIO (mg): 58,59MG

Laiz Baiak da Silva
Nutricionista RT
CRN8 7223

Elizabeth Alves Costa
Nutricionista QT
CRN8 14606