



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Novembro

NUTRICIONISTA: JAQUELINE DE OLIVEIRA
CRN 7434



CARDÁPIO ESCOLA VESPERTINO – 01 A 05 DE NOVEMBRO DE 2021

SEGUNDA (01)	TERÇA (02)	QUARTA (03)	QUINTA (04)	SEXTA (05)
Recesso	Feriado	Leite com cacau Bolacha Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão ao sugo com sassami Salada/Legumes	Bebida Láctea Fruta

CARDÁPIO ESCOLA VESPERTINO – 08 A 12 DE NOVEMBRO DE 2021

SEGUNDA (08)	TERÇA (09)	QUARTA (10)	QUINTA (11)	SEXTA (12)
Chá Pão com margarina	Arroz Branco Feijão Cozido Carne moída com legumes Macarrão alho e óleo Salada	Leite com cacau Bolacha Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de porco acebolado Legumes salteados Salada	Arroz doce Fruta

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Composição Nutricional do Cardápio (01 a 05 de novembro de 2021)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	272,81 kcal	45,91 g	8,31 g	6,92 g
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	300,45 kcal	51,03 g	9,10 g	7,44 g

Composição Nutricional do Cardápio (08 a 12 de novembro de 2021)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	277,02 kcal	49,18 g	11,94 g	8,63 g
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	289,69 kcal	51,78 g	12,15 g	8,82 g

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434





CARDÁPIO ESCOLA VESPERTINO – 15 A 19 DE NOVEMBRO DE 2021

SEGUNDA (15)	TERÇA (16)	QUARTA (17)	QUINTA (18)	SEXTA (19)
Feriado	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete com legumes Macarrão ao sugo Salada	Leite com cacau Pão com requeijão caseiro	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de panela Legumes refogados Salada	Chá Bolo simples

CARDÁPIO ESCOLA VESPERTINO – 22 A 26 DE NOVEMBRO DE 2021

SEGUNDA (22)	TERÇA (23)	QUARTA (24)	QUINTA (25)	SEXTA (26)
Leite com cacau Pão com margarina	Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de frango Salada/Legumes	Chá Bolacha Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Carne moída com legumes Macarrão alho e óleo Salada	Leite com cacau Fruta

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Composição Nutricional do Cardápio (15 a 19 de novembro de 2021)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	246,16 kcal	33,28 g	10,9 g	8,55 g
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	274,85 kcal	33,11 g	14,04 g	10,62 g

Composição Nutricional do Cardápio (22 a 26 de novembro de 2021)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	297,14 kcal	33,43 g	9,78 g	11,58 g
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	275,93 kcal	44,89 g	10,01 g	9,00 g



NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434



CARDÁPIO ESCOLA VESPERTINO – 29 E 30 DE NOVEMBRO DE 2021

SEGUNDA (29)	TERÇA (30)	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Leite com cacau Bolacha	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de frango ao sugo Polenta cremosa Salada/Legumes			

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

Composição Nutricional do Cardápio (29 e 30 de novembro de 2021)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	297,14 kcal	33,43 g	14,78 g	11,58 g
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	324,62 kcal	38,60 g	15,60 g	12,10 g

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

