



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Março 2022



Nutricionista: Jaqueline de Oliveira
CRN 7434



Moradia Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 01 A 04 DE MARÇO DE 2022

HORA	SEGUNDA (28)	TERÇA (01)	QUARTA (02)	QUINTA (03)	SEXTA (04)
8:00	RECESSO	CARNAVAL	RECESSO	Chá Bolacha	Leite com Cacau Pão com Requeijão Caseiro
11:00	RECESSO	CARNAVAL	RECESSO	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete com Legumes Macarrão ao Sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff de Frango Legumes Salteados Salada
14:00	RECESSO	CARNAVAL	RECESSO	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá Bolo Simples

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



Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	859,41	130,30	24,39	28,65
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	945,78	142,56	26,00	32,28



Moradia Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 07 A 11 DE MARÇO DE 2022

HORA	SEGUNDA (07)	TERÇA (08)	QUARTA (09)	QUINTA (10)	SEXTA (11)
8:00	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha Fruta	Chá Pão com Requeijão Caseiro	Vitamina de Frutas Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Farofa com Legumes Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Acebolado Legumes Salteados Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Panela com Legumes Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão ao Sugo com Sassami Legumes/Salada
14:00	Chá Pão com Margarina	Leite com Cacau Torta de legumes Fruta	Chá Bolo Caseiro	Leite com Cacau Bolacha	Chá Arroz Doce Fruta

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



Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	973,89	147,52	31,26	29,91
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1047,05	160,25	31,81	31,76



Moradia Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 14 A 18 DE MARÇO DE 2022

HORA	SEGUNDA (14)	TERÇA (15)	QUARTA (16)	QUINTA (17)	SEXTA (18)
8:00	Chá Bolacha	Leite com Cacau Pão com Margarina	Chá Bolacha	Leite com Cacau Pão com Requeijão Caseiro Fruta	Chá Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Cozido Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Carne Moída com Legumes Farofa Colorida Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Polenta Cremosa Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Bife Acebolado Macarrão Alho e Óleo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Sugo Legumes Salteados Salada Fruta
14:00	Leite com Cacau Pão com Requeijão Caseiro	Chá Bolo Simples Fruta	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá Torta de Legumes	Leite com Cacau Pão com Manteiga

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



Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	971,02	140,06	37,26	29,75
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1072,39	156,12	38,97	33,42



Moradia Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 21 A 25 DE MARÇO DE 2022

HORA	SEGUNDA (21)	TERÇA (22)	QUARTA (23)	QUINTA (24)	SEXTA (25)
8:00	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com Margarina	Leite com Cacau Torta Salgada	Chá Pão com Manteiga Fruta	Vitamina de Frutas Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Farofa com Legumes Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Legumes Cozidos Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff de Carne Batata Salteada Legumes/Salada Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Sugo Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Acebolado Legumes Refogados Salada
14:00	Chá Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau Bolacha Fruta	Chá Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com Doce de Leite Caseiro Fruta

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



Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	1002,34	163,28	33,16	29,35
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1045,33	171,39	33,81	32,31



Moradia Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 28 A 31 DE MARÇO DE 2022

HORA	SEGUNDA (28)	TERÇA (29)	QUARTA (30)	QUINTA (31)	SEXTA
8:00	Chá Bolacha	Leite com Cacau Pão com Requeijão Caseiro	Chá Bolacha Fruta	Leite com Cacau Pão com Doce de Leite Caseiro	
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Cozido Farofa Colorida Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão a Bolonhesa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Legumes Cozidos Salada Fruta	
14:00	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá Bolacha Fruta	Leite com Cacau Torta de Legumes	Chá Bolacha	

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



Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	798,21	121,85	26,45	23,46
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1053,30	173,70	33,76	32,00