



Cardápio de Agosto 2022





Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA - 01 A 05 DE AGOSTO DE 2022

SEGUNDA (01)

Leite com Cacau
Bolacha

TERÇA (02)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Macarrão com Frango
Desfiado
Legumes / Salada

QUARTA (03)

Chá
Pão com Omelete e
Cenoura
Fruta

QUINTA (04)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Carne de Panela
Refogada com Cebola
Legumes / Salada

SEXTA (05)

Leite com Cacau
Bolo Caseiro
Fruta

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA - 08 A 12 DE AGOSTO DE 2022

SEGUNDA (08)

Leite com Cacau
Pão com Manteiga

TERÇA (09)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Almôndega Assada
Macarrão ao Sugo
Legumes / Salada

QUARTA (10)

Chá
Torta Salgada de
Legumes
Fruta

QUINTA (11)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Coxa de Frango Assada
Legumes Salteados
Salada
Frutas

SEXTA (12)

Vitamina de Frutas
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 – 01 a 05 de Agosto)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Eja + 15 anos	453	61	14	15

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana – 08 a 12 de Agosto)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Eja + 15 anos	429	61	17	12



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA - 15 A 19 DE AGOSTO DE 2022

SEGUNDA (15)

Chá
Pão com Ovo Mexido e
Tomate

TERÇA (16)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Peito de Frango
Grelhado com Cebola
Macarrão Alho e Óleo
Legumes/Salada

QUARTA (17)

Leite com Cacau
Bolacha
Fruta

QUINTA (18)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Lombo de Porco
Acebolado
Legumes Refogados
Salada

SEXTA (19)

Chá
Arroz Doce
Fruta

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA - 22 A 26 DE AGOSTO DE 2022

SEGUNDA (22)

Leite com Cacau
Bolacha

TERÇA (23)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Bife de Panela
Polenta Cremosa
Legumes / Salada

QUARTA (24)

Vitamina de Frutas
Pão com Manteiga

QUINTA (25)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Coxa de Frango Assada
com Batata
Legumes / Salada
Fruta

SEXTA (26)

Chá
Torta Salgada de Legumes
Frutas

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 – 15 a 19 de Agosto)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Eja + 15 anos	427	63	15	12

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana – 22 a 26 de Agosto)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Eja + 15 anos	440	60	16	15



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA - 29 A 31 DE AGOSTO DE 2022

SEGUNDA (29)

Leite com Cacau
Pão com Manteiga

TERÇA (30)

Arroz Branco
Feijão Cozido
Lombo de Porco
Grelhado com Cebola
Polenta Cremosa
Legumes/Salada

QUARTA (31)

Chá
Bolo Caseiro de Aveia
Fruta

QUINTA

SEXTA

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 – 29 a 31 de Agosto)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Eja + 15 anos	426	58	18	13