



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Cardápio de Setembro 2022



Nutricionista: Jaqueline de Oliveira
CRN 7434



Mercado Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO VESPERTINO - 01 A 02 DE SETEMBRO DE 2022

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA (01)	SEXTA (02)
			Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Legumes Salteados Salada Fruta	Chá Pão com Ovo Mexido e Legumes Fruta

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO VESPERTINO - 05 A 09 DE SETEMBRO DE 2022

SEGUNDA (05)	TERÇA (06)	QUARTA (07)	QUINTA (08)	SEXTA (09)
Leite com Cacau Pão com Manteiga	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff de Carne Batata Salteada Legumes/Salada Fruta	Feriado	Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Mexido Farofa Colorida Legumes / Salada	Chá Torta Salgada de Legumes 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 de 01 a 02 de Setembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	255	33	12	9
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	342	37	19	13

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana de 05 a 09 de Setembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	264	37	10	9
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	299	41	10	10



Mercado Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO VESPERTINO - 12 A 16 DE SETEMBRO DE 2022

SEGUNDA (12)	TERÇA (13)	QUARTA (14)	QUINTA (15)	SEXTA (16)
Leite com Cacau Pão com Requeijão Caseiro	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega Assada Macarrão ao Sugo Legumes/Salada	Vitamina de Frutas Bolo Caseiro com Aveia	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão ao Sugo com Sassami Legumes / Salada Fruta	Chá Pão com Omelete e Legumes Fruta

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO VESPERTINO - 19 A 23 DE SETEMBRO DE 2022

SEGUNDA (19)	TERÇA (20)	QUARTA (21)	QUINTA (22)	SEXTA (23)
Leite com Cacau Bolacha	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff de Frango Batata Salteada Legumes / Salada	Chá Torta Salgada de Legumes Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo de Porco Grelhado Farofa Colorida Legumes / Salada	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 de 12 a 16 de Setembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	293	46	9	9
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	333	52	10	10

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana de 19 a 23 de Setembro)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	285	37	12	9
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	320	40	13	11



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



Mercado Escolar de Apucarana

CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO VESPERTINO

26 A 30 DE SETEMBRO DE 2022

HORA	SEGUNDA (26)	TERÇA (27)	QUARTA (28)	QUINTA (29)	SEXTA (30)
11:00	Leite com Cacau Pão com Doce de Leite Caseiro	Arroz Branco Feijão Cozido Bife de Panela Polenta Cremosa Legumes / Salada	Chá Pão com Ovo Mexido e Tomate Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndega ao Sugo Legumes Salteados Salada	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)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	272	40	11	7
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	294	42	12	8