



Mercadão Escolar de Apucarana



**Autarquia Municipal de Educação**

[www.apucarana.pr.gov.br](http://www.apucarana.pr.gov.br)



# CARDÁPIO DE JUNHO 2023

Jaqueline de Oliveira  
Nutricionista  
GRN 7434





Maravilha Escolar de Apucarana



# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 01 A 02 DE JUNHO DE 2023

HORA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA (01)	SEXTA (02)
8:00				Chá Pão com Requeijão Caseiro Fruta	Leite com Cacau e Canela Bolacha
11:00				Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Macarrão ao Sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Batatas Salteadas Legumes/ Salada
14:00				Vitamina de Frutas Bolacha	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

FESTA JUNINA



Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	944,20 Kcal	144,35 g	39,33 g	22,65 g
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1149,96 Kcal	173,75 g	42,39 g	35,57 g



## FESTA JUNINA

### CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 05 A 09 DE JUNHO DE 2023

HORA	SEGUNDA (05)	TERÇA (06)	QUARTA (07)	QUINTA (08)	SEXTA (09)
8:00	Chá Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com requeijão Caseiro	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Macarrão ao Sugo Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Farofa Colorida Legumes / Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Polenta Cremosa Legumes /Salada/Fruta	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
14:00	Leite com Cacau e Canela Bolacha	Chá Pão com Doce de Leite Caseiro Fruta	Leite com Cacau Bolo de Banana com Canela	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>

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

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	969,84	160,81	33,85	22,09
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1144,55	173,04	37,66	34,76

*Jaqueline de Oliveira*

**NUTRICIONISTA:  
JAQUELINE DE  
OLIVEIRA  
CRN 7434**



# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 12 A 16 DE JUNHO DE 2023

HORA	SEGUNDA (12)	TERÇA (13)	QUARTA (14)	QUINTA (15)	SEXTA (16)
8:00	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com Requeijão Caseiro Fruta	Leite com Cacau Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Canjiquinha Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Legumes Cozidos Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Cubos de Carne ao Molho Farofa Colorida Legumes/ Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami de Frango Acebocado Polenta Cremosa Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão a Bolonesa Legumes/Salada
14:00	Chá Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha	Arroz Doce Fruta

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

NUTRICIONISTA:  
JAQUELINE DE  
OLIVEIRA  
CRN 7434

### Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)

Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	989,52	156,32	37,56	23,88
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1149,06	170,18	39,07	35,55



Moradia Escolar de Apucarana



# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 19 A 23 DE JUNHO DE 2023

HORA	SEGUNDA (19)	TERÇA (20)	QUARTA (21)	QUINTA (22)	SEXTA (23)
8:00	Chá Bolacha	Leite com Cacau Pão com Requeijão Caseiro	Chá Bolacha Fruta	Leite com Cacau Pão com Manteiga	Chá Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Macarrão ao Alho e Óleo Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Acebolado Polenta Cremosa Legumes/ Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Sugo Farofa Colorida Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Tira de Carne Aceboladas Canjiquinha Legumes/ Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Batatas Cozidas Salada
14:00	Chá Pão com Manteiga	Chá Bolacha	Leite com Cacau Torta Salgada de Legumes	Chá Pipoca Fruta	Arroz Doce Fruta

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

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	957,49	144,91	35,34	27,90
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1165,98	166,66	44,19	38,14

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:  
JAQUELINE DE  
OLIVEIRA  
CRN 7434

Festa Junina!





## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO INTEGRAL 26 A 30 DE JUNHO DE 2023

HORA	SEGUNDA (26)	TERÇA (27)	QUARTA (28)	QUINTA (29)	SEXTA (30)
8:00	Leite com Cacau Bolacha	Chá Pão com Requeijão Caseiro	Leite com Cacau Bolacha Fruta	Chá Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha
11:00	Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Polenta Cremosa Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Farofa Colorida Legumes/Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Carne Moída Refogada Legumes Cozidos Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Acebolado Canjiquinha Legumes/Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Almôndegas ao Molho Macarrão ao Alho e Óleo Legumes/Salada
14:00	Chá Pão com Manteiga	Leite com Cacau Bolacha	Chá Bolo Caseiro Fruta	Vitamina de Frutas Bolacha	Arroz Doce Fruta

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

Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
Pré Escola I e II - 4 e 5 anos	992,53	150,82	34,61	28,58
Ensino Fundamental - 6 a 10 anos	1191,53	175,28	43,57	37,22



Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:  
JAQUELINE DE  
OLIVEIRA  
CRN 7434