



Merenda Escolar de Apucarana



Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br



CARDÁPIO DE SETEMBRO



Independência do Brasil



Jaqueline de Oliveira
Nutricionista
7434



CARDÁPIO ESCOLAR / EJA 01 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA (01)
				Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Polenta Cremosa Salada

CARDÁPIO ESCOLAR / EJA 04 A 08 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (04)	TERÇA (05)	QUARTA (06)	QUINTA (07)	SEXTA (08)
Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Macarrão ao Sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Polenta Cremosa Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Acebolado Farofa Colorida Salada/ Fruta	FERIADO	RECESSO

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

Independência
do Brasil



Composição Nutricional do Cardápio (média da semana)				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lipídeos
EJA - 1ª Semana	381,37 Kcal	38g	30,55g	11,16g
EJA - 2ª Semana	439,33 Kcal	57,78g	25,18g	14,16g

Jaqueline de Oliveira
NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434



CARDÁPIO ESCOLAR / EJA 11 A 15 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (11)	TERÇA (12)	QUARTA (13)	QUINTA (14)	SEXTA (15)
Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de Forno Canjiquinha Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Molho Polenta Cremosa Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Molho Macarrão ao Alho e Óleo Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Canjiquinha Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Strogonoff de Frango Legumes Salteados Salada

CARDÁPIO ESCOLAR / EJA 18 A 22 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (18)	TERÇA (19)	QUARTA (20)	QUINTA (21)	SEXTA (22)
Arroz Branco Feijão Cozido Ovos Mexidos Farofa Colorida Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Linguíça Acebolada Canjiquinha Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Polenta Cremosa Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Panela Macarrão ao Sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango Assada Polenta Cremosa Salada

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

Composição Nutricional do Cardápio				
Modalidade de Ensino / Faixa Etária	Energia ou VET	Carboidratos	Proteínas	Lípidios
EJA - 3ª Semana	444,68 Kcal	53,80g	23,77g	15,20g
EJA - 4ª Semana	427,18 Kcal	55,60 g	24,59g	15,59g

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434





CARDÁPIO ESCOLAR / EJA 25 A 29 DE SETEMBRO DE 2023

SEGUNDA (25)	TERÇA (26)	QUARTA (27)	QUINTA (28)	SEXTA (29)
Arroz Branco Feijão Cozido Omelete Macarrão ao Sugo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami ao Sugo Farofa Colorida Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Lombo Suíno Grelhado Canjiquinha Salada/ Fruta	Arroz Branco Feijão Cozido Sassami Grelhado Macarrão ao Alho e Óleo Salada	Arroz Branco Feijão Cozido Coxa de Frango ao Sugo Polenta Cremosa Salada

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	Carboidratos	Proteínas	Lípidos
EJA - 5ª Semana	422,13 Kcal	59,28g	23,91g	12,60g

Jaqueline de Oliveira

NUTRICIONISTA:
JAQUELINE DE
OLIVEIRA
CRN 7434

