



PREFEITURA MUNICIPAL DE CRICIÚMA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE PROCESSAMENTO DA MERENDA ESCOLAR



CARDÁPIO MENSAL DO ENSINO PARCIAL/EJA JULHO/2022 – GRUPO 1

DATA		LANCHE	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
04/07	2ª	Café com Leite + Biscoito Maria Integral + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)	Média Semanal Kcal: 341/CHO:187g (64%)/ PTN:29g (12%)/LIP:125g (24%)
05/07	3ª	Minestra + Repolho (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
06/07	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Inglesa, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo)	
07/07	5ª	Suco de Uva Integral + Pão com Creme Vegetal + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)	
08/07	6ª	Risoto de Frango + Beterraba (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
11/07	2ª	Chocolate 50% Cacau com Leite + Rosquinha de Coco + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)	Média Semanal Kcal: 332/CHO:174g (63%)/ PTN:29g (12%)/LIP:129g (26%)
12/07	3ª	Minestra + Repolho Roxo (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
13/07	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Doce, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo)	
14/07	5ª	Suco de Fruta + Pão com Nata + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)	
15/07	6ª	Risoto de Frango + Cenoura (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
RECESSO ESCOLAR - 18 A 29/07			



PREFEITURA MUNICIPAL DE CRICIÚMA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE PROCESSAMENTO DA MERENDA ESCOLAR



CARDÁPIO MENSAL DO ENSINO PARCIAL/EJA JULHO/2022 – GRUPO 2

DATA		LANCHE	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL
04/07	2ª	Café com Leite + Biscoito Maria Integral + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)	Média Semanal Kcal: 341/CHO:187g (64%)/ PTN:29g (12%) /LIP:125g (24%)
05/07	3ª	Minestra + Repolho (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
06/07	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Inglesa, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo)	
07/07	5ª	Risoto de Frango + Beterraba (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
08/07	6ª	Suco de Uva Integral + Pão com Creme Vegetal + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)	
11/07	2ª	Chocolate 50% Cacau com Leite + Rosquinha de Coco + Banana (1 Caneca + 6 Unidades + 1 Unidade)	
12/07	3ª	Minestra + Repolho Roxo (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
13/07	4ª	Sopa de Legumes (Arroz, Frango, Batata Doce, Cenoura, Couve e Moranga) (1 Prato Fundo)	
14/07	5ª	Risoto de Frango + Cenoura (1 Prato Fundo + 2 Colheres de Sopa)	
15/07	6ª	Suco de Fruta + Pão com Nata + Bergamota (1 Caneca + 1 Unidade + 1 Colher de Sopa Rasa + 1 Unidade)	
RECESSO ESCOLAR - 18 A 29/07			