Alimentação
Escolar

EM Pref. João Floriani
Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2025

	Segunda - Feira 7-abr	**Terça - Feira** 8-abr	**Quarta - Feira** 9-abr	**Quinta - Feira** 10-abr	**Sexta - Feira** 11-abr	**Média**	**%**
Lanche da Manhã *2ª - 9:14h* *3ª-6ª - 8:50H* **Lanche da Tarde** *2ª - 15:09h* *3ª-6ª - 15:30h*	"Cahorro-quente" de frango *Pão francês com molho de frango desfiado* Fruta *(mamão)*	Feijão Preto cozido Arroz cozido Farofa colorida *(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)* Salada de alface e couve-flor cozido Fruta *(laranja ou tangerina)*	Polenta cozida Peixe ensopado *com molho de tomate feito na escola* Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta *(maçã)*	Risoto de carne *(servir separadamente o arroz cozido e o carne em cubos refogada com legumes e tempero verde)* Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta *(melancia ou melão)*	Macarrão cozido *(tipo penne ou rigatonni)* Frango ao molho *(peito de frango desfiado e refogados com legumes)* Salada de vagem Salada de tomate Fruta *(banana)*		
Almoço *(11:30h)*	Macarrão integral cozido Carne moída *refogada com molho de tomate* Abobrinha refogada Salada alface	Aipim cozido *Opção: Arroz integral cozido* Frango ao molho Salada de brócolis Salada de cenoura	Feijão vermelho ou carioca Arroz cozido Carne moída *refogada* ou Bolo de carne *moída assado* Farofa de couve Salada mista de acelga	Purê de batata *Opção: Arroz integral cozido* Frango refogado com legumes Salada de couve-flor Salada de Repolho	Polenta *recheada com carne moída ao molho e gratinada com queijo* *Opção: Arroz integral cozido; polenta cozida sem molho e carne moída à parte* Salada de beterraba Salada de repolho		
Energia (kcal)	316,1	356,5	326,1	343,1	361,5	**335,5**	102,0%
Cho (g)	52,5	55,5	51,9	48,0	56,2	**52,0**	106,1%
Ptn (g)	6,7	7,1	10,8	13,1	14,0	**9,4**	94,4%
Lip (g)	8,8	12,7	9,7	12,2	10,5	**10,9**	98,7%

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Alimentação
Escolar

EM Pref. João Floriani
Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2025

	Segunda - Feira	14-abr	**Terça - Feira**	15-abr	**Quarta - Feira**	16-abr	**Quinta - Feira**	17-abr	**Sexta - Feira**	18-abr	**Média**	**%**
Lanche da Manhã *2ª - 9:14h* *3ª-6ª - 8:50H* **Lanche da Tarde** *2ª - 15:09h* *3ª-6ª - 15:30h*	Leite com café *(Leite com café coado e açúcar mascavo)* ou Mascau *(Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)* Sanduíche Natural *(Pão integral fatiado com patê de ricota, frango desfiado cenoura ralada e orégano)* Fruta *(banana)*		Aipim cozido *Opção: Arroz integral cozido* Frango ao molho *(coxa/sobrecoxa de frango refogada em pedaços)* Salada de beterraba e salada de alface Fruta *(melancia ou melão)*		Feijão preto Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta *(laranja ou tangerina)*		Polenta cozida Carne moída *refogada com legumes e molho de tomate* Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta *(mamão)*		**FERIADO**			
Almoço *(11:30h)*	Purê de taiá com cenoura *Opção: Arroz integral cozido* Peito de frango *refogado ao molho* Salada de chuchu Salada de brócolis		Feijão Preto Arroz cozido Carne em tiras com legumes Farofa colorida *(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)* Salada de couve-flor		Lentilha cozida Arroz cozido Bolo de carne moída assado Couve refogada com espinafre Salada de cenoura		Polenta cozida *Opção: Arroz integral cozido* Frango assado *Molho de tomate feito na escola* Salada de beterraba					
Energia (kcal)	295,6		285,8		369,5		389,3				**335,0**	101,8%
Cho (g)	39,0		49,5		57,3		50,2				**49,0**	100,0%
Ptn (g)	12,0		7,4		10,4		10,7				**10,1**	101,1%
Lip (g)	12,2		7,2		12,0		17,3				**12,2**	110,8%

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Alimentação
Escolar

EM Pref. João Floriani
Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2025

	Segunda - Feira	21-abr	Terça - Feira	22-abr	Quarta - Feira	23-abr	Quinta - Feira	24-abr	Sexta - Feira	25-abr	Média	%
Lanche da Manhã *2ª - 9:14h* *3ª-6ª - 8:50H* **Lanche da Tarde** *2ª - 15:09h* *3ª-6ª - 15:30h*			Sanduíche de Queijo *(Pão de mistura fatiado com requeijão saudável e/ou queijo mussarela)* OU Sanduíche de OVO *(Pão de mistura com manteiga e/ou ovo mexido)* Fruta *(banana)*		Macarrão integral cozido Carne moída *refogada com legumes e molho de tomate* Salada de tomate Salada de alface Fruta *(melancia)*		Polenta cozida Frango ao molho *(peito de frango desfiado e refogados com legumes)* Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta *(mamão)*		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida *(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)* Salada de vagem Fruta *(maçã)*			
Almoço *(11:30h)*	**FERIADO**		Escondidinho de batata *recheada com carne moída ao molho e gratinada com queijo* *Opção: Arroz integral cozido; arroz cozido sem molho e carne moída à parte* Salada de alface Salada de cenoura		Feijão vermelho Arroz cozido Carne de Panela Salada de abobrinha Salada de chuchu		Sopa de legumes *(legumes variados; macarrão tipo "alfabeto"; peito de frango)* Torradinhas de pão		Macarrão integral cozido Peito de frango *refogado ao molho* Abóbora refogada ou purê de abóbora Salada de beterraba			
Energia (kcal)			326,3		374,3		372,9		282,6		**339,0**	103,0%
Cho (g)			46,7		47,5		61,1		47,5		**50,7**	103,5%
Ptn (g)			13,6		11,0		6,4		8,1		**9,8**	97,5%
Lip (g)			10,4		16,6		12,6		7,3		**11,7**	106,4%

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Alimentação
Escolar

EM Pref. João Floriani
Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2025

	Segunda - Feira	28-abr	**Terça - Feira**	29-abr	**Quarta - Feira**	30-abr	**Quinta - Feira**	1-mai	**Sexta - Feira**	2-mai	**Média**	**%**
Lanche da Manhã *2ª - 9:14h* *3ª-6ª - 8:50H* **Lanche da Tarde** *2ª - 15:09h* *3ª-6ª - 15:30h*	Buraco Negro *(Pão tipo francês com molho de carne moída)* Fruta *(laranja)*		Arroz cozido Frango refogado com legumes Salada de abobrinha Salada de acelga Fruta *(mamão)*		Batata doce cozida *Opção: Arroz integral cozido* Carne de Panela Salada de chuchu Salada de cenoura Fruta *(banana)*				Sopa de legumes *(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)* Fruta *(melancia)*			
Almoço *(11:30h)*	Polenta cozida *Opção: Arroz integral cozido* Carne moída *refogada* ou *Bolo de carne moída assado* *Molho de tomate feito na escola* Salada de cenoura		Macarrão integral cozido Peito de frango *refogado ao molho* Abóbora refogada ou purê de abóbora Salada de beterraba		Feijão Preto Arroz cozido Omelete Farofa colorida *(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)* Salada de couve-flor		**FERIADO**		Feijão vermelho ou carioca Arroz cozido Carne moída *refogada* ou *Bolo de carne moída assado* Farofa de couve Salada mista de repolho			
Energia (kcal)	323,9		285,9		377,5				273,5		**315,2**	95,8%
Cho (g)	41,4		49,7		60,8				38,7		**47,6**	97,2%
Ptn (g)	9,9		11,2		9,9				11,7		**10,7**	106,7%
Lip (g)	14,3		5,4		12,2				8,1		**10,0**	90,8%

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.