



## Prefeitura Municipal de União da Vitória

### Programa de Alimentação Escolar CARDÁPIO Novembro 2023 – Escolas Municipais – Padrão

	<b>segunda-feira</b>	<b>terça-feira</b>	<b>quarta-feira</b> <b>01/nov</b>	<b>quinta-feira</b> <b>02/nov</b>	<b>sexta-feira</b> <b>03/nov</b>
Lanche			Macarrão ao sugo	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>

	<b>segunda-feira</b> <b>06/nov</b>	<b>terça-feira</b> <b>07/nov</b>	<b>quarta-feira</b> <b>08/nov</b>	<b>quinta-feira</b> <b>09/nov</b>	<b>sexta-feira</b> <b>10/nov</b>
Lanche	Risoto de frango Salada	Biscoito Bebida de chocolate	Quirera com carne de porco Salada Banana	Sucrilhos com leite	Arroz colorido com frango Cuque

	<b>segunda-feira</b> <b>13/nov</b>	<b>terça-feira</b> <b>14/nov</b>	<b>quarta-feira</b> <b>15/nov</b>	<b>quinta-feira</b> <b>16/nov</b>	<b>sexta-feira</b> <b>17/nov</b>
Lanche	Macarrão com molho de frango	Arroz carreteiro com carne de porco Salada	<b>FERIADO</b>	Polenta com molho de frango Salada Maçã	Canjica com leite e canela

	<b>segunda-feira</b> <b>20/nov</b>	<b>terça-feira</b> <b>21/nov</b>	<b>quarta-feira</b> <b>22/nov</b>	<b>quinta-feira</b> <b>23/nov</b>	<b>sexta-feira</b> <b>24/nov</b>
Lanche	Macarrão ao sugo ou alho e óleo	Biscoito Bebida de chocolate	Polenta com molho de frango Salada Mamão	Arroz, feijão Carne de gado Salada	Sucrilhos com leite e banana picada

	<b>segunda-feira</b> <b>27/nov</b>	<b>terça-feira</b> <b>28/nov</b>	<b>quarta-feira</b> <b>29/nov</b>	<b>quinta-feira</b> <b>30/nov</b>	<b>sexta-feira</b>
Lanche	Arroz carreteiro com frango Salada	Macarrão com molho de carne de panela Salada	Arroz Strogonoff de frango Salada	Salada de frutas	

Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
Média Semana 1	320	42	8	2
Média Semana 2	360	43	14	11
Média Semana 3	390	54	19	7
Média Semana 4	315	40	12	9
Média Semana 5	375	42	19	12
Referência	<b>329</b>	<b>45-53</b>	<b>8-12</b>	<b>9-13</b>

Obs.: Cardápio sujeito a alterações (problemas de entrega e grau de maturação de perecíveis). Alimentos com vencimento próximo devem ser priorizados.

**Tiago Sejanoski**  
Nutricionista CRN 8 - 5173

