

# Autarquia Municipal de Educação

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



# CARDÁPIO MÊS DE OUTUBRO



*Fernanda O. Carrero Marques*  
**Fernanda O. Carrero Marques**  
Quadro Tec.: Nutricionista / CRN 8 – 5961

*Jaqueline de Oliveira Erick*  
**Jaqueline de Oliveira Erick**  
Resp. Tec.: Nutricionista / CRN 8 – 7434

# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA 01 A 04 DE OUTUBRO DE 2024

HORA	SEGUNDA	TERÇA (01)	QUARTA (02)	QUINTA (03)	SEXTA (04)
20:00		Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Almôndega Assada Macarrão ao Sugo	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Filé de Frango ao Sugo Polenta Cremosa	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Linguíça Assada Canjiquinha	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Coxa de Frango Assada Farofa Colorida

## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA 07 A 11 DE OUTUBRO DE 2024

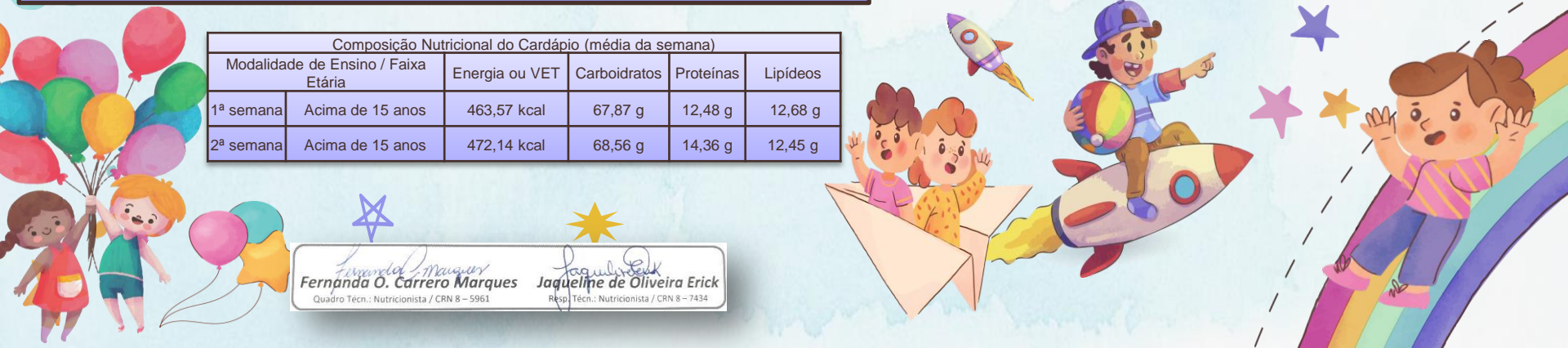
HORA	SEGUNDA (07)	TERÇA (08)	QUARTA (09)	QUINTA (10)	SEXTA (11)
20:00	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Ovo Cozido Farofa Colorida	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Strogonoff de Frango Batata Salteada	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Carne de Porco Grelhada Canjiquinha	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Coxa de Frango Ao Sugo Polenta Cremosa	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Nhoque a Bolonhesa

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	Lipídeos	
1ª semana	Acima de 15 anos	463,57 kcal	67,87 g	12,48 g	12,68 g
2ª semana	Acima de 15 anos	472,14 kcal	68,56 g	14,36 g	12,45 g

Fernanda O. Carrero Marques  
Quadro Tecn.: Nutricionista / CRN 8 - 5961

Jaqueline de Oliveira Erick  
Resp. Tecn.: Nutricionista / CRN 8 - 7434





Moradia Escolar de Apucarana



# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame



## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA 14 A 18 DE OUTUBRO DE 2024

HORA	SEGUNDA (14)	TERÇA (15)	QUARTA (16)	QUINTA (17)	SEXTA (18)
20:00	Recesso	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Omelete de Forno Macarrão Alho e Óleo	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Filé de Frango Grelhado Polenta Cremosa	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Feijoada Farofa Colorida	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Coxa de Frango Assada Canjiquinha

## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA 21 A 25 DE OUTUBRO DE 2024

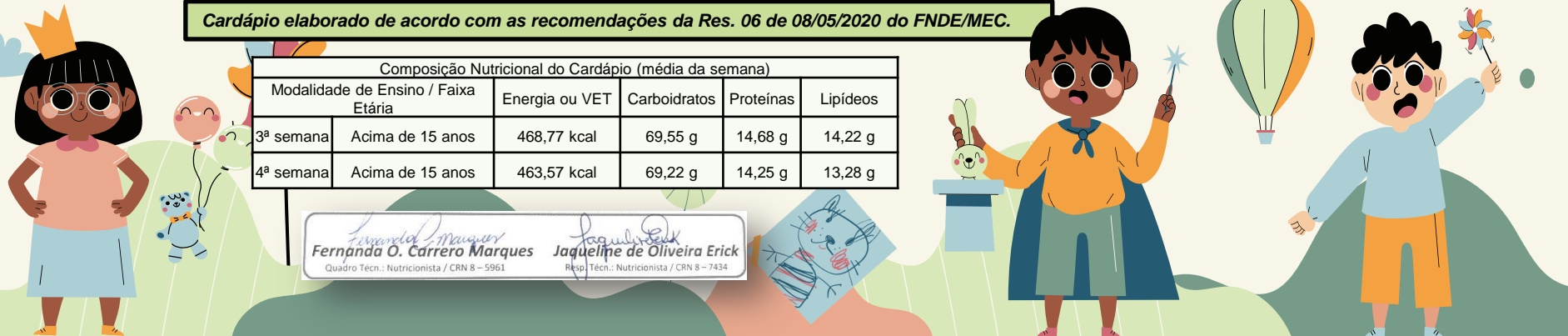
HORA	SEGUNDA (21)	TERÇA (22)	QUARTA (23)	QUINTA (24)	SEXTA (25)
20:00	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Ovo Mexido Farofa Colorida	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Carne de Porco de Panela Canjiquinha	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Escondidinho de Frango	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Almôndega Assada Macarrão ao Sugo	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Coxa de Frango ao Sugo Polenta Cremosa

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	Lipídeos
3ª semana	Acima de 15 anos	468,77 kcal	69,55 g	14,68 g	14,22 g
4ª semana	Acima de 15 anos	463,57 kcal	69,22 g	14,25 g	13,28 g

  
**Fernanda O. Carrero Marques**  
 Quadro Téc.: Nutricionista / CRN 8 – 5961

  
**Jaqueline de Oliveira Erick**  
 Resp. Téc.: Nutricionista / CRN 8 – 7434





# Autarquia Municipal de Educação

www.apucarana.pr.gov.br/ame

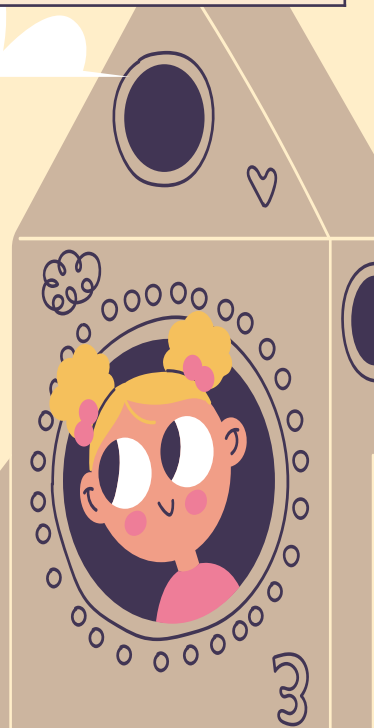


## CARDÁPIO ESCOLAR / PERÍODO EJA 28 A 31 DE OUTUBRO DE 2024

HORA	SEGUNDA (28)	TERÇA (29)	QUARTA (30)	QUINTA (31)	SEXTA
20:00	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Omelete de Forno Macarrão Alho e Óleo	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Filé de Frango ao Sugo Polenta Cremosa	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Linguiça Assada Canjiquinha	Arroz Branco Feijão Cozido Legumes/Salada Coxa de Frango ao Sugo Farofa Colorida	

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	Lipídeos	
5ª semana / Acima de 15 anos	493,55 kcal	55,01 g	22,27 g	14,36 g	



*Fernanda O. Carrero Marques*  
**Fernanda O. Carrero Marques**  
 Quadro Téc.: Nutricionista / CRN 8 – 5961

*Jaqueline de Oliveira Erick*  
**Jaqueline de Oliveira Erick**  
 Resp. Téc.: Nutricionista / CRN 8 – 7434