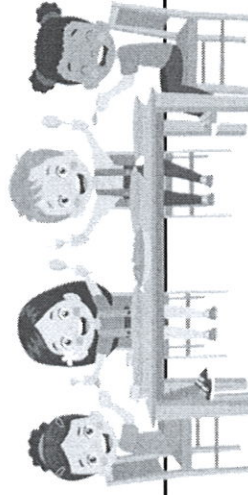




ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
PREFEITURA MUNICIPAL DE GUARAPARI
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Av.: Santa Clara, nº. 13 – Loteamento Sol Nascente – Guarapari - Espírito Santo – CEP 29.210-520
Telefone 3361 – 4806/3503 E-mail: nutricao.semed@guarapari.es.gov.br

CARDÁPIO ORMY LOUREIRO - MAIO 2025



		SEGUNDA 28/04	TERÇA 29/04	QUARTA 30/04	QUINTA 01/05	SEXTA 02/05
ALMOÇO	VCT: 1.140,29 CHO: 157 PTN: 48,16 LIP: 36,4	FERIADO	Biscoito Doce + Suco de Polpa	Bolo de Fubá com Coco + Leite com Achiolatlado	FERIADO	FERIADO
		FERIADO	Carne Moída com milho + Arroz + Feijão +	Stroganoff de frango + Arroz + Farofa de alho	FERIADO	FERIADO
		SEGUNDA 05/05	TERÇA 06/05	QUARTA 07/05	QUINTA 08/05	SEXTA 09/05
ALMOÇO	VCT: 2.228,91 CHO: 249,31 PTN: 131,23 LIP: 85,16	Arroz Doce com Coco	Leite com achiolatlado + Biscoito	Ovos Mexidos	Mamão + Leite em Pó	Bolo de Cenoura + Leite com Achiolatlado
		Macarrão à Bolonhesa Sob: Suco de Polpa	Frango em Cubos + Arroz + Feijão + Polenta	Isca Suína + Arroz + Feijão + Purê de Batata	Omelete assado + Arroz + Feijão + Salada de repolho e tomate	Músculo em Cubos + Arroz + Feijão + Abóbora
		SEGUNDA 12/05	TERÇA 13/05	QUARTA 14/05	QUINTA 15/05	SEXTA 16/05
ALMOÇO	VCT: 2.590,61 CHO: 303,08 PTN: 135,91 LIP: 91,13	Vitamina de Banana com Aveia	Ovos Mexidos	Biscoito Salgado + Suco de Polpa + Maça	Bolo de Mesciado + Leite com Achiolatlado	Mingau de Fubá com Coco
		Omelete Assado + Arroz + Feijão + Salada de repolho + tomate	Carne Moída + Arroz + Feijão + Canjiquinha + Cenoura	Isca Suína + Arroz + Feijão + Purê de Abóbora	Músculo em Cubos + Alpim + Arroz + Feijão	Frango em Cubos + Arroz + Feijão + Batata Souté
		SEGUNDA 19/05	TERÇA 20/05	QUARTA 21/05	QUINTA 22/05	SEXTA 23/05
ALMOÇO	VCT: 1.990,92 CHO: 229,45 PTN: 103,04 LIP: 63,74	Mingau de Aveia com Coco	Bolo de Coco + Suco de Polpa	Ovos Mexidos	Biscoito Doce + Suco de Polpa + Banana	Arroz Doce com Coco
		Carne Moída + Arroz + Feijão + Polenta	Macarrão ao molho de Frango Sob: Maça	Músculo em Cubos + Arroz + Feijão + Salada de tomate + repolho	Isca Suína + Arroz + Feijão + Canjiquinha + Cenoura	Arroz + Feijão + Torta de Frango + Salada de Tomate e Cenoura

LEGENDA: VCT - Valor Calórico Total; CHO - Carboidrato; PTN: Proteína; LIP - Lipídio; Ca - Cálcio; Fe - Ferro.

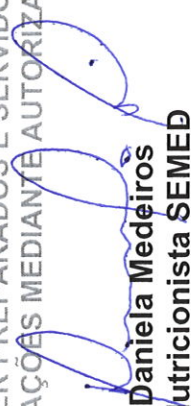
OBSERVAÇÕES: Frutas, verduras e legumes podem ser acrescentados ao cardápio de acordo com a disponibilidade dos mesmos.



ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
PREFEITURA MUNICIPAL DE GUARAPARI
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Av.: Santa Clara, nº. 13 – Loteamento Sol Nascente – Guarapari - Espírito Santo – CEP 29.210-520
Telefone 3361 – 4806/3503 E-mail: nutricao.semed@guarapari.es.gov.br

OS ALIMENTOS DEVEM SER PREPARADOS E SERVIDOS SEPARADOS
CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES MEDIANTE AUTORIZAÇÃO DA NUTRICIONISTA


Daniela Medeiros
Nutricionista SEMED

Daniela Medeiros Silveira
Nutricionista - CRN 1210099L
Decreto nº 650/2012