



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO SETEMBRO/2022 – SEMANA 1

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (5 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: Fazer a farofa sem utilizar ovos, utilizando carne moída

Doença celíaca: Substituir o pão caseiro por carreteiro.

Setembro/2022

	2ª FEIRA 05/09	3ª FEIRA 06/09	4ª FEIRA 07/09	5ª FEIRA 08/09	6ª FEIRA 09/09
Lanche da manhã/Tarde	Farofa de ovos	Quirera com carne de porco Salada de alface	<u>Feriado</u>	Risoto Salada de repolho	Pão caseiro com margarina Fruta: Maça
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		303 Kcal	40 g	12 g	10 g
			89%	150%	111%

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO SETEMBRO/2022 – SEMANA 2

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (5 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: Fazer carne moída no lugar dos ovos mexidos da sexta.

Doença celíaca: Substituir o macarrão por arroz, o pão fatiado por farofa de carne moída, fazer a sopa sem utilizar macarrão.

Setembro/2022

	2ª FEIRA 12/09	3ª FEIRA 13/09	4ª FEIRA 14/09	5ª FEIRA 15/09	6ª FEIRA 16/09
Lanche da manhã/Tarde	Macarrão com peito de frango	Carreteiro <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Pão fatiado com margarina <i>Fruta: Banana</i>	Sopa de legumes (macarrão, batata, abobrinha, cenoura)	Arroz, feijão e ovos mexidos com couve
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		251 Kcal	37 g	11 g	7 g
		68 %	138 %	78 %	

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO SETEMBRO/2022 – SEMANA 3

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (5 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: Fazer o virado sem utilizar ovos. No lugar do bolo oferecer biscoito doce.

Doença celíaca: Substituir o pão francês por farofa de carne moída, o bolo de cenoura por risoto e fazer a sopa sem utilizar macarrão.

Intolerância a lactose: Fazer a vitamina utilizando leite zero lactose.

Setembro/2022

	2ª FEIRA 19/09	3ª FEIRA 20/09	4ª FEIRA 21/09	5ª FEIRA 22/09	6ª FEIRA 23/09
Lanche da manhã/Tarde	Virado de feijão com ovos	Pão francês com carne moída	Bolo de cenoura com vitamina de mamão e banana	Arroz, feijão e peito de frango ao molho <i>Salada de alface</i>	Sopa de feijão (macarrão, feijão, batata, abobrinha, cenoura)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	300 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			41 g	14 g	9 g
			91 %	175 %	100 %

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO SETEMBRO /2022 – SEMANA 4

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Pré-Escola, Ensino Fundamental I)

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (5 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: Fazer farofa de carne moída no lugar da farofa de ovos.

Doença celíaca: Substituir o macarrão por arroz com carne moída. Substituir o pão francês por farofa de carne moída.

Setembro/2022

	2ª FEIRA 26/09	3ª FEIRA 27/09	4ª FEIRA 28/09	5ª FEIRA 29/09	6ª FEIRA 30/09
Lanche da manhã/Tarde	Macarrão com carne moída	Quirera com carne de porco <i>Salada de alface</i>	Farofa de ovos Fruta: Laranja	Cachorro quente	Polenta com peito de frango <i>Salada de repolho</i>
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	339 Kcal	38 g 84 %	17 g 212 %	13 g 144 %	

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292