



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 1



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 01/09	3ª FEIRA 02/09	4ª FEIRA 03/09	5ª FEIRA 04/09	6ª FEIRA 05/09
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Banana	Manga	Maça
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Risoto

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	1199 kcal	135g 139%	43g 238%	30g 150%	308 mcg	24,8 mg	256 mg	5,5 mg

Conforme a Resolução nº06, de 08 de maio de 2020, fica PROIBIDO o açúcar de adição e o uso de alimentos ultraprocessados para menores de 3 anos.

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
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 2



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 08/09	3ª FEIRA 09/09	4ª FEIRA 10/09	5ª FEIRA 11/09	6ª FEIRA 12/09
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de abobrinha</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Maça	Laranja	Banana	Manga	Banana
Jantar 16:00h	Polenta com peito de frango	Sopa de frango com legumes	Macarrão com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	929 kcal	96g 98%	35g 291%	18g 90%	243 mcg	36,4 mg	172 mg	4,3 mg

Conforme a Resolução nº06, de 08 de maio de 2020, fica PROIBIDO o açúcar de adição e o uso de alimentos ultraprocessados para menores de 3 anos.

Vanderleia Volff, CRN 8 10292





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 3



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 15/09	3ª FEIRA 16/09	4ª FEIRA 17/09	5ª FEIRA 18/09	6ª FEIRA 19/09
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Banana	Manga	Maça
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Risoto

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	1199 kcal	135g 107%	43g 188%	30g 125%	308 mcg	24,8 mg	256 mg	5,5 mg

Conforme a Resolução nº06, de 08 de maio de 2020, fica PROIBIDO o açúcar de adição e o uso de alimentos ultraprocessados para menores de 3 anos.

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
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 5



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 29/09	3ª FEIRA 30/09	4ª FEIRA 01/10	5ª FEIRA 02/10	6ª FEIRA 03/10
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e carne moída Salada de alface	Arroz, feijão e coxa de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e carne de porco Salada de repolho e cenoura
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Banana	Manga	Maça
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Risoto

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		135g 107%	43g 188%	30g 125%				

Conforme a Resolução nº06, de 08 de maio de 2020, fica PROIBIDO o açúcar de adição e o uso de alimentos ultraprocessados para menores de 3 anos.

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: fazer farofa de carne moída no lugar de ovos mexidos.

Diabetes: ofertar macarrão e arroz integral. Ofertar somente um carboidrato por refeição



Intolerância a lactose: Ofertar leite zero lactose.

Doença celíaca: Fazer quirera, polenta ou arroz no lugar de macarrão, pães e bolos.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 4



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2� FEIRA 22/09	3� FEIRA 23/09	4� FEIRA 24/09	5� FEIRA 25/09	6� FEIRA 26/09
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem a��ar com leite	Ovos mexidos	Pão sem a��ar com carne moída	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feij�o e carne de porco <i>Salada de abobrinha</i>	Arroz, feij�o e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Ma�a	Laranja	Banana	Manga	Banana
Jantar 16:00h	Polenta com peito de frango	Sopa de frango com legumes	Macarrão com carne moída	Sopa de feij�o	Quirera com carne de porco

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		96g 98%	35g 291%	18g 90%				

Conforme a Resolução n 06, de 08 de maio de 2020, fica PROIBIDO o a  ar de adição e o uso de alimentos ultraprocessados para menores de 3 anos.



Vanderleia Volff, CRN 8 10292