



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO OUTUBRO/2023– SEMANA 1



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 02/10	3ª FEIRA 03/10	4ª FEIRA 04/10	5ª FEIRA 05/10	6ª FEIRA 06/10
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar	Pão sem açúcar e carne moída
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída Salada de repolho	Arroz, feijão e peito de frango <i>Beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e coxa de frango com batatinha	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de beterraba e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Manga	Maça	Laranja	Melancia	Banana e mamão
Jantar 16:00h	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Macarrão com peito de frango	Sopa de legumes

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				
	712 kcal	39g 87%	21g 161%	16g 145%	85 mcg	32 mg	38 mg	2,3 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
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 OUTUBRO /2023– SEMANA 2



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 09/10	3ª FEIRA 10/10	4ª FEIRA 11/10	5ª FEIRA 12/10	6ª FEIRA 13/10			
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>			
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango Cenoura cozida	Arroz, feijão e carne de panela Salada de repolho	Arroz, feijão e carne moída Alface e tomate	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>			
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Manga	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>			
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Macarrão com peito de frango	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>			
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				
		365 kcal	37g 173%	12g 191%				

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

Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO OUTUBRO/2023– SEMANA 3



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 16/10	3ª FEIRA 17/10	4ª FEIRA 18/10	5ª FEIRA 19/10	6ª FEIRA 20/10
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar	Pão sem açúcar e carne moída
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída Salada de repolho	Arroz, feijão e peito de frango <i>Beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e coxa de frango com batatinha	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de beterraba e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Manga	Maça	Abacaxi	Melancia	Banana e mamão
Jantar 16:00h	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Macarrão com peito de frango	Sopa de legumes

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				
	712 kcal	39g 87%	21g 161%	16g 145%	85 mcg	32 mg	38 mg	2,3 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 OUTUBRO/2023– SEMANA 4



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 23/10	3ª FEIRA 24/10	4ª FEIRA 25/10	5ª FEIRA 26/10	6ª FEIRA 27/10			
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar e leite			
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango Cenoura cozida	Arroz, feijão e carne de panela <i>Salada de repolho</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>			
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Manga	Banana	Laranja			
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Macarrão com peito de frango	Sopa de legumes	Macarrão com carne moída			
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				
		697 kcal	77g 171%	19g 146%				

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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR