



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO MAIO– SEMANA 1



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 05/05	3ª FEIRA 06/05	4ª FEIRA 07/05	5ª FEIRA 08/05	6ª FEIRA 09/05
Café da manhã- 09:15h	Biscoito salgado com chá Fruta: Banana	Pão francês, margarina e café com leite Fruta: Banana	Pão caseiro com doce de frutas	Bolacha caseira com chá <u>Fruta: Maça</u>	iogurte com polpa de fruta e banana
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Tomate/abobrinha</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne de panela <i>Repolho e cenoura</i> <u>Fruta: Laranja</u>	Arroz, feijão e batata com coxa de frango <i>Salada de beterraba e cenoura</i>	Arroz, feijão e quirera com carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>
Jantar 16:00h	Macarrão com carne moída	Sopa de frango com legumes	Polenta com peito de frango	Carreteiro	

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				
		169g 106%	39g 134%	20g 63%				

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO MAIO– SEMANA 2



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 12/05	3ª FEIRA 13/05	4ª FEIRA 14/05	5ª FEIRA 15/05	6ª FEIRA 16/05
Café da manhã- 09:15h	<u>Feriado</u>	Pão francês, doce de frutas e café com leite Fruta: Banana	Pão fatiado com margarina e chá Fruta: Banana	Broa de milho com margarina e chá <u>Fruta: Banana e mamão</u>	Ovos mexidos
Almoço 11:40h	<u>Feriado</u>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Repolho e cenoura</i> <u>Fruta: Manga</u>
Jantar 16:00h	<u>Feriado</u>	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Virado de feijão com ovos	

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				
	883 kcal	113 g 71%	29g 100%	14g 43%	120 mcg	34,7 mg	134 mg	4,4 mg

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 MAIO– SEMANA 3



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 19/05	3ª FEIRA 20/05	4ª FEIRA 21/05	5ª FEIRA 22/05	6ª FEIRA 23/05
Café da manhã- 09:15h	Biscoito salgado com chá Fruta: Banana	Pão francês, margarina e café com leite Fruta: Banana	Pão caseiro com doce de frutas	Bolacha caseira com chá <u>Fruta: Maça</u>	iogurte com polpa de fruta e banana
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Tomate/abobrinha</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne de panela <i>Repolho e cenoura <u>Fruta:</u> <u>Laranja</u></i>	Arroz, feijão e batata com coxa de frango <i>Salada de beterraba e cenoura</i>	Arroz, feijão e quirera com carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>
Jantar 16:00h	Macarrão com carne moída	Sopa de frango com legumes	Polenta com peito de frango	Carreteiro	

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				
		169g 106%	39g 134%	20g 63%				

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 MAIO– SEMANA 4



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 26/05	3ª FEIRA 27/05	4ª FEIRA 28/05	5ª FEIRA 29/05	6ª FEIRA 30/05
Café da manhã- 08:00h	Bolacha caseira com chá Fruta: Banana	Pão francês, doce de frutas e café com leite Fruta: Banana	Pão fatiado com margarina e chá Fruta: Banana	Pão caseiro com margarina e chá <u>Fruta: Banana e mamão</u>	Ovos mexidos
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e peito de frango Salada de abobrinha e cenoura	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Repolho e cenoura</i> <u>Fruta: Manga</u>
Jantar 16:00h	Carreteiro	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Virado de feijão com ovos	

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				
		146 g 92%	41g 141%	19g 59%				

Vanderleia Volff, CRN 8 10292

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: fazer virado sem utilizar ovos, em panela separada, fazer farofa de carne moída no lugar de farofa de ovos.

Diabetes: ofertar pão, macarrão e arroz integral. Ofertar doce de frutas/leite e iogurte em versões zero açúcar. Ofertar somente um carboidrato por refeição



Intolerância a lactose: Ofertar leite e iogurte zero lactose.

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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR