



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



CARDÁPIO NOVEMBRO 2024 – SEMANA 1

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

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: fazer virado sem utilizar ovos, em panela separada.

Diabetes: ofertar pão e arroz integral.

Novembro/2024

	2ª FEIRA 04/11	3ª FEIRA 05/11	4ª FEIRA 06/11	5ª FEIRA 07/11	6ª FEIRA 08/11
Lanche da manhã/Tarde	Virado de feijão com ovos	Carreteiro Salada de repolho e tomate	Pão francês com margarina e chá Fruta: Maça	Quirera com carne de porco Tomate/abobrinha	Arroz, feijão e carne moída Tomate/cenoura
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
		402 Kcal	53 g 115%	18 g 225%	10 g 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



CARDÁPIO NOVEMBRO 2024 – SEMANA 2

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

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Doença celíaca: Fazer quirera no lugar de torta de bolacha, polenta no lugar de pão caseirinho.

Diabetes: Utilizar macarrão integral, utilizar pão integral no lugar da torta de bolacha e pão caseirinho.

Novembro/2024

	2ª FEIRA 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ª FEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
Lanche da manhã/Tarde	Macarrão com peito de frango Tomate/cenoura	Polenta com carne moída Salada de alface	Torta de bolacha (Biscoito doce, leite, amido de milho, açúcar, coco)	Pão caseirinho com carne moída Fruta: Melancia	<u>Feriado</u>
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
		294 Kcal	38 g 84%	11 g 137%	7 g 77%

Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



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



CARDÁPIO NOVEMBRO 2024 – SEMANA 3

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

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: fazer farofa de carne moída no lugar de farofa de ovos e virado sem utilizar ovos, em recipiente separado.

Diabetes: Utilizar arroz integral.

Novembro/2024

	2ª FEIRA 18/11	3ª FEIRA 19/11	4ª FEIRA 20/11	5ª FEIRA 21/11	6ª FEIRA 22/11			
Lanche da manhã/Tarde	Farofa de ovos	Risoto Salada de repolho e abobrinha	<u>Feriado</u>	Virado de feijão com OVOS Fruta: Laranja	Quirera com peito de frango Tomate/cenoura			
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	
					289 Kcal	36 g	14 g	10 g
					80%	111%	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



CARDÁPIO NOVEMBRO 2024 – SEMANA 4

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

MODALIDADE DE ENSINO (Ensino regular)

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (4 a 10 anos)

PERÍODO (parcial)

Necessidades Alimentares Especiais:

Doença celíaca: Fazer arroz com carne moída no lugar de pão caseiro.

Diabetes: Utilizar macarrão integral, arroz integral, pão integral e iogurte e doce de frutas zero açúcar.

Intolerância a lactose: Ofertar iogurte zero lactose.

Novembro/2024

	2ª FEIRA 25/11	3ª FEIRA 26/11	4ª FEIRA 27/11	5ª FEIRA 28/11	6ª FEIRA 29/11
Lanche da manhã/Tarde	Macarrão com carne moída Tomate/cenoura	Polenta com peito de frango Salada de alface e tomate	Pão caseiro com doce de frutas	Arroz, feijão e picadinho de batata Tomate/abobrinha	Iogurte com polpa de frutas e banana
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
		346 Kcal	54 g 120%	14 g 175%	12 g 88%

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292