



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



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 29/04	3ª FEIRA 30/04	4ª FEIRA 01/05	5ª FEIRA 02/05	6ª FEIRA 03/05
Café da manhã- 09:15h	Rosquinha com chá	Pão francês, margarina e chá	<u>Feriado</u>	Mini pãozinho com queijo e apresuntado e suco natural de frutas	Bebida láctea com biscoito doce
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e peito de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e picadinho de batata Alface e tomate	<u>Feriado</u>	Arroz, feijão e carne moída Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e carne de porco Salada de repolho e cenoura cozido <u>Fruta: Melancia picada</u>
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Risoto	<u>Feriado</u>	Polenta com peito de frango	

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				
	816 kcal	118g 90%	37g 154%	21g 80%	133 mcg	30 mg	130 mg	4,1 mg



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

Vanderleia Volf
Vanderleia Volf
Nutricionista
CRN 8 10292/P



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 06/05	3ª FEIRA 07/05	4ª FEIRA 08/05	5ª FEIRA 09/05	6ª FEIRA 10/05
Café da manhã- 09:15h	Bolacha caseira com leite	Pão francês, doce de leite e chá	Pão caseiro com margarina e chá	Bolo de fubá e chá	logurte de frutas e rosquinha
	<i>Fruta: Banana e mamão</i>				
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e picadinho de mandioca Salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão e carne moída <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e macarrão com peito de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e quirera com carne de porco <i>Salada de abobrinha refogada</i>
Jantar 16:00h	Quirera com carne de porco	Sopa de frango com legumes	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	

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				
	941 kcal	116g 73%	38g 131%	18g 56%	102,5 mcg	25,9 mg	114 mg	4,5 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 Volf, CRN 8 10292

Vanderleia Volf
Vanderleia Volf
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

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 13/05	3ª FEIRA 14/05	4ª FEIRA 15/05	5ª FEIRA 16/05	6ª FEIRA 17/05
Café da manhã- 09:15h	Rosquinha com chá	Pão francês, margarina e chá	Pão caseiro com doce de leite e vitamina de <u>banana e mamão</u>	Mini pãozinho com queijo e apresuntado e suco natural de frutas	Bebida láctea com biscoito doce
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e peito de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de abobrinha com cenoura</i> <i>Fruta: Pokan</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i> <i>Fruta: Melancia picada</i>
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Risoto	Macarrão com peito de frango	Polenta com peito de frango	

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				
	1059 kcal	131g 200%	39g 131%	22g 69%	133 mcg	30 mg	140 mg	4,6 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 MAIO– SEMANA 4



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 20/05	3ª FEIRA 21/05	4ª FEIRA 22/05	5ª FEIRA 23/05	6ª FEIRA 24/05
Café da manhã- 08:00h	Bolacha caseira com leite	Pão francês, doce de leite e chá	Pão caseiro com margarina e chá <u>Fruta: <i>Banana e mamão</i></u>	Bolo de fubá e chá	logurte de frutas e rosquinha
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e picadinho de mandioca Salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão e carne moída <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e macarrão com peito de frango <i>Salada de alface</i> <u>Fruta: <i>Laranja</i></u>	Arroz, feijão e quirera com carne de porco <i>Salada de abobrinha refogada</i>
Jantar 16:00h	Quirera com carne de porco	Sopa de frango com legumes	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	

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				
	941 kcal	116g 73%	38g 131%	18g 56%	102,5 mcg	25,9 mg	114 mg	4,5 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, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO MAIO– SEMANA 5



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (5-10 anos).

PERÍODO (integral)

	2ª FEIRA 27/05	3ª FEIRA 28/05	4ª FEIRA 29/05	5ª FEIRA 30/05	6ª FEIRA 31/05
Café da manhã- 08:00h	Rosquinha com chá	Pão francês, margarina e chá	Pão caseiro com doce de leite e vitamina de <u>banana e mamão</u>	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e peito de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e picadinho de batata <u>Alface e tomate Fruta: Pokan</u>	Arroz, feijão e coxa de frango <u>Cenoura e beterraba cozida</u>	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Risoto	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				
	802 kcal	93g 71%	27g 112%	15g 57%	86,1 mcg	17,9 mg	118 mg	3,1 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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR