

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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

FAIXA ETÁRIA (1-4 anos).

ZONA (Urbana)

PERÍODO (parcial)

| 170 (E 17 (14)) (± + a) | 1103). | | | | | | | | (parera | |
|---|--|-------------------|--|-----------------------------------|--|------------------|--|----------------|--------------------------------|--|
| | 2ª FEIRA 05/05 | 5 3ª F | EIRA 06/05 | 4ª FE | IRA 07/05 | 5ª FEIRA | 08/05 | 6ª FEIRA 09/ | 05 | |
| Café da manhã- 08:00h | Ovos mexidos | Pão | sem açúcar com moída | carne | Ovos mexidos | Pão sem aç | úcar e leite | Pão sem açúcar | | |
| Almoço 10:30h | Arroz, feijão e picadir batata <i>Salada de rep</i> <i>cenoura</i> | olho e | , feijão e peito de ada de abobrinha cenoura | · · | z, feijão e carne moíd Salada de alface | Salada de ab | Arroz, feijão e coxa de frango Salada de abobrinha com cenoura | | carne de porc olho e cenour | |
| Lanche da tarde 13:30h | Banana | | Manga | | Maça | Ban | Banana | | Banana | |
| Jantar 16:00h | Sopa de feijão | | Carreteiro | Sopa | de frango com legum | es Polenta com p | eito de frango | Sopa d | e feijão | |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | |
| | | 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.





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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

FAIXA ETÁRIA (1-4 anos).

ZONA (Urbana)
PERÍODO (parcial)

| | 2ª FEIRA 12/05 | 3ª I | 3ª FEIRA 13/05 | | EIRA 14/05 | 5ª FEIRA | 15/05 | 6ª FEIRA 11/04 | | |
|---|----------------|-------------------|--|-----------------------------------|--|-----------------------------------|-----------------------------|--|----------------------------|--|
| Café da manhã- 08:00h | <u>Feriado</u> | Pão | Pão sem açúcar com leite | | Ovos mexidos | Pão sem açúcar com carne moída | | Ovos mexidos | | |
| Almoço 10:30h | <u>Feriado</u> | | oz, feijão e carne ada de alface e to | mar | oz, feijão e picadinho d adioca Salada de repolh e cenoura | | carne de porco abobrinha | Arroz, feijão e coxa de frango Salada de repolho e cenoura | | |
| Lanche da tarde 13:30h | <u>Feriado</u> | | Laranja | | Маçа | Ban | ana | Bolo de laranja sem açúcar | | |
| Jantar 16:00h | <u>Feriado</u> | Sopa | Sopa de frango com legumes | | lenta com carne moída | Sopa d | Sopa de feijão | | Quirera com carne de porco | |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15' do VET | LPD (g) % 15% a 30% do VET | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | |
| | | 802 kcal | 76g 79% | 28g 155% | 15g 75% | 186 mcg | 21,9 mg | 148 mg | 3,4 mg | |

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





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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

FAIXA ETÁRIA (1-4 anos).

ZONA (Urbana)
PERÍODO (parcial)

| | 2ª FEIRA 19/05 | 3ª I | EIRA 20/05 | 4ª FI | EIRA 21/05 | 5ª FEIRA | 22/05 | 6ª FEIRA 23/ | 05 | |
|---|--|-------------------------------|---|-----------------------------------|--|------------------|--|---|----------------|--|
| Café da manhã- 08:00h | Ovos mexidos | Pão sem açúcar com c moída | | carne Ovos mexidos | | Pão sem aç | Pão sem açúcar e leite | | Pão sem açúcar | |
| Almoço 10:30h | Arroz, feijão e picadir batata Salada de rep cenoura | olho e | z, feijão e peito de ada de abobrinha cenoura | _ | oz, feijão e carne moída Salada de alface | Salada de ab | coxa de frango oobrinha com oura | Arroz, feijão e carne de por Salada de repolho e cenou | | |
| Lanche da tarde 13:30h | Banana | | Manga | | Maça | Bar | Banana | | Banana | |
| Jantar 16:00h | Sopa de feijão | | Carreteiro | | de frango com legume | es Polenta com p | peito de frango | Sopa de feijão | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) % 15% a 30% do VET | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | |
| | | 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.





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO MAIO- SEMANA 4



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

FAIXA ETÁRIA (1-4 anos).

ZONA (Urbana) PERÍODO (parcial)

| | 2ª FEIRA 26/05 | 3ª F | 3ª FEIRA 27/05 | | EIRA 28/05 | 5ª FEIRA 2 | 29/05 | 6ª FEIRA 30/05 | | |
|---------------------------|---------------------------------|-------------|-----------------------------|---------------------|-------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|----------------------------|--|
| Café da manhã- 08:00h | Pão sem açúcar | | Pão sem açúcar com leite | | Ovos mexidos | = | Pão sem açúcar com carne moída | | Ovos mexidos | |
| Almoço | Arroz, feijão e peito de frango | | Arroz, feijão e carne moída | | z, feijão e picadinho d | Arroz, feijão e carne de porco | | Arroz, feijão e coxa de frango | | |
| 10:30h | Salada de repolho e co | enoura Sala | ada de alface e to | | dioca Salada de repolh e cenoura | o Salada de | abobrinha | Salada de repolho e cenoura | | |
| Lanche da tarde 13:30h | Banana | | Laranja | | Maça | Ban | Banana | | Bolo de laranja sem açúcar | |
| Jantar | Macarrão com carne moída | | Sopa de frango com legumes | | enta com carne moída | Sopa de | e feijão | Quirera com carne de porco | | |
| 16:00h | | | | | | | | | | |
| Composição r | Composição nutricional | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A | Vit. C (mg) | Ca | Fe | |
| (Média se | manal) | (Kcal) | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 6 15% a 30% do VET | (mcg) | vic. C (ilig) | (mg) | (mg) | |
| | | 1165 kcal | 128g | 46g | 30g | 285 mcg | 21,8 mg | 235 mg | 4,8 mg | |

150%

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.

255%

131%



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.