



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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 02/09	3ª FEIRA 03/09	4ª FEIRA 04/09	5ª FEIRA 05/09	6ª FEIRA 06/09
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e carne de porco. Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e carne moída legumes cozidos
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Melancia	Manga	Maça	Banana
Jantar 16:00h	Sopa de legumes	Polenta com peito de frango	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Risoto

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				
	1111 kcal	114g 117%	40g 333%	29g 145%	196 mcg	27 mg	203 mg	4 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 SETEMBRO– SEMANA 2



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 09/09	3ª FEIRA 10/09	4ª FEIRA 11/09	5ª FEIRA 12/09	6ª FEIRA 13/09
Café da manhã- 08:00h	<u>Pedagógica</u>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	<u>Pedagógica</u>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de acelga e tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango com batatas <i>Beterraba e cenoura cozida</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	<u>Pedagógica</u>	Maça	Melancia	Banana	Laranja
Jantar 16:00h	<u>Pedagógica</u>	Quirera com carne de porco	Sopa de frango com legumes	Risoto	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				
	828 kcal	80g 82%	29g 161%	18g 90%	106 mcg	12 mg	152 mg	2,9 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 SETEMBRO– SEMANA 3



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 16/09	3ª FEIRA 17/09	4ª FEIRA 18/09	5ª FEIRA 19/09	6ª FEIRA 20/09
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída legumes cozidos
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Melancia	Manga	Maça	Banana
Jantar 16:00h	Sopa de legumes	Polenta com peito de frango	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Risoto

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				
	1111 kcal	114g 117%	40g 333%	29g 145%	196 mcg	27 mg	203 mg	4 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



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO – SEMANA 4



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 23/09	3ª FEIRA 24/09	4ª FEIRA 25/09	5ª FEIRA 26/09	6ª FEIRA 27/09
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de acelga e tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango com batatas <i>Beterraba e cenoura cozida</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana e mamão	Maça	Melancia	Banana	Laranja
Jantar 16:00h	Macarrão com carne moída	Quirera com carne de porco	Sopa de frango com legumes	Risoto	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				
	1060 kcal	108g 111%	40g 222%	26g 130%	162 mcg	18 mg	202 mg	3,7 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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR