



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO OUTUBRO/2024 – SEMANA 1



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL - BERÇARIO

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (9 meses- 1 ano).

Consistência: bem cozido e amassado

PERÍODO (integral)

	2ª FEIRA 30/09	3ª FEIRA 01/10	4ª FEIRA 02/10	5ª FEIRA 03/10	6ª FEIRA 04/10			
Café da manhã- 08:00h	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar e leite	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com leite	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos			
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango legumes cozidos			
Lanche da tarde 13:30h	Maça	Banana	Melancia	Manga	Banana			
Jantar 16:00h	Polenta com peito de frango	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	Carreteiro	Macarrão com carne moída			
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				
	910 kcal	78g 120%	39g 325%	25g 192%	149 mcg	11,6 mg	200 mg	3,2 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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).ZONA (*Urbana*)FAIXA ETÁRIA (*9 meses – 1 ano*).Consistência: *bem cozido e amassado*PERÍODO (*Integral*)

	2ª FEIRA 07/10	3ª FEIRA 08/10	4ª FEIRA 09/10	5ª FEIRA 10/10	6ª FEIRA 11/10			
Café da manhã- 08:00h	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com leite	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos			
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de abobrinha e tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de acelga e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne de panela <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	Maça	Melancia	Banana	Morango			
Jantar 16:00h	Risoto	Quirera com carne de porco	Sopa de frango com legumes	Polenta com carne moída	Macarrão 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				
	1045 kcal	77g 118%	36g 300%	20g 153%	178 mcg	11,8 mg	197 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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).ZONA (*Urbana*)FAIXA ETÁRIA (*8- 11 meses*).PERÍODO (*Integral*)

	2ª FEIRA 14/10	3ª FEIRA 15/10	4ª FEIRA 16/10	5ª FEIRA 17/10	6ª FEIRA 18/10
Café da manhã- 08:00h	<i>Recesso</i>	<i>Feriado</i>	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	<i>Recesso</i>	<i>Feriado</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e carne de porco Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e peito de frango legumes cozidos
Lanche da tarde 13:30h	<i>Recesso</i>	<i>Feriado</i>	Melancia	Manga	Banana
Jantar 16:00h	<i>Recesso</i>	<i>Feriado</i>	Quirera com carne de porco	Carreteiro	Macarrão com carne moída

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				
	752 kcal	45g 69%	27g 225%	17g 130%	85 mcg	9,8 mg	97 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
Vanderleia Volff
 Nutricionista
 CRN 8 10292/P



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).ZONA (*Urbana*)FAIXA ETÁRIA (*8- 11 meses*).PERÍODO (*Integral*)

	2ª FEIRA 21/10	3ª FEIRA 22/10	4ª FEIRA 23/10	5ª FEIRA 24/10	6ª FEIRA 25/10
Café da manhã- 08:00h	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com leite	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de abobrinha e tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de acelga e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne de panela <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	Maça	Melancia	Banana	Manga
Jantar 16:00h	Risoto	Quirera com carne de porco	Sopa de frango com legumes	Polenta com carne moída	Macarrão 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				
	910 kcal	78g 120%	39g 325%	25g 192%	149 mcg	11,6 mg	200 mg	3,2 mg



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).ZONA (*Urbana*)FAIXA ETÁRIA (*8- 11 meses*).PERÍODO (*Integral*)

	2ª FEIRA 28/10	3ª FEIRA 29/10	4ª FEIRA 30/10	5ª FEIRA 31/10	6ª FEIRA 01/11
Café da manhã- 08:00h	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar e leite	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com leite	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula Ovos mexidos
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e carne de porco Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e peito de frango legumes cozidos
Lanche da tarde 13:30h	Maça	Banana	Melancia	Manga	Banana
Jantar 16:00h	Polenta com peito de frango	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	Carreteiro	Macarrão com carne moída

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				
	1045 kcal	77g 118%	36g 300%	20g 153%	178 mcg	11,8 mg	197 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