



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



**CARDÁPIO OUTUBRO 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 carne moída no lugar de ovos mexidos.*

*Diabetes: ofertar pão e arroz integral.*

**Outubro/2024**

	<b>2ª FEIRA</b> 30/09	<b>3ª FEIRA</b> 01/10	<b>4ª FEIRA</b> 02/10	<b>5ª FEIRA</b> 03/10	<b>6ª FEIRA</b> 04/10
<b>Lanche da manhã/Tarde</b>	Macarrão com peito de frango	Risoto Salada de repolho	Pão francês com carne moída Fruta: Laranja	Polenta com peito de frango Tomate/cenoura	Arroz, feijão e ovos cozidos
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		403 Kcal	52 g 76%	17 g 141%	10 g 71%

*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 OUTUBRO 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 bolo de laranja, polenta no lugar de cachorro quente.*

*Diabetes: Utilizar arroz integral, utilizar pão integral.*

*Intolerância a lactose: Ofertar iogurte zero lactose*

**Outubro/2024**

	<b>2ª FEIRA 07/10</b>	<b>3ª FEIRA 08/10</b>	<b>4ª FEIRA 09/10</b>	<b>5ª FEIRA 10/10</b>	<b>6ª FEIRA 11/10</b>
<b>Lanche da manhã/Tarde</b>	Macarrão com carne moída	Bolo de laranja com chá	Arroz, feijão e peito de frango. Brócolis e couve-flor	iogurte com polpa de frutas e banana	Cachorro quente Tomate/cenoura
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		354 Kcal	36 g 80%	14 g 175%	11 g 137%

Vanderleia Volff  
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 OUTUBRO 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.*

*Diabetes: Utilizar arroz integral*

Outubro/2024

	2ª FEIRA 14/10	3ª FEIRA 15/10	4ª FEIRA 16/10	5ª FEIRA 17/10	6ª FEIRA 18/10			
Lanche da manhã/Tarde	<u>Recesso</u>	<u>Feriado</u>	Farofa de ovos	Quirera com carne de porco tomate/ cenoura	Arroz, feijão e carne moída Tomate/abobrinha			
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	
					213 Kcal	19 g	9 g	6 g
						42%	112%	75%

*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 OUTUBRO 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 fatiado*

*Alergia a ovos: fazer farofa de carne moída no lugar de ovos mexidos.*

*Diabetes: Utilizar pão integral.*

**Outubro/2024**

	<b>2ª FEIRA</b> 21/10	<b>3ª FEIRA</b> 22/10	<b>4ª FEIRA</b> 23/10	<b>5ª FEIRA</b> 24/10	<b>6ª FEIRA</b> 25/10
<b>Lanche da manhã/Tarde</b>	Virado de feijão com ovos	Carreteiro Salada de alface	Pão fatiado com margarina Fruta: Maça	Polenta com carne moída Tomate/Abobrinha	Arroz, feijão e ovos mexidos Tomate/cenoura
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		391 Kcal	50 g 111%	14 g 175%	12 g 150%

*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 OUTUBRO 2024 – SEMANA 5

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 do macarrão, arroz com carne moída no lugar de pão caseiro*

*Alergia a ovos: fazer farofa de carne moída no lugar de ovos mexidos.*

*Diabetes: Utilizar pão integral.*

**Outubro/2024**

	<b>2ª FEIRA</b> 28/10	<b>3ª FEIRA</b> 29/10	<b>4ª FEIRA</b> 30/10	<b>5ª FEIRA</b> 31/10	<b>6ª FEIRA</b> 01/11
<b>Lanche da manhã/Tarde</b>	Farofa de ovos	Risoto Salada repolho	Pão caseiro com doce de leite. Fruta: Banana	Quirera com peito de frango. Tomate/abobrinha	Macarrão com carne moída Tomate/abobrinha
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	366 Kcal		45 g 100%	16 g 200%	11 g 137%

*Vanderleia Volff*  
**Vanderleia Volff**  
Nutricionista  
CRN 8 10292/P

**Vanderleia Volff, CRN 8 10292**