



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO JUNHO– SEMANA 1



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 02/06	3ª FEIRA 03/06	4ª FEIRA 04/06	5ª FEIRA 05/06	6ª FEIRA 06/06
Café da manhã- 09:15h	Rosquinha com chá Fruta: Banana	Pão francês, margarina e café com leite Fruta: Banana	Ovos mexidos	Pão fatiado com doce de frutas e chá <u>Fruta: Maça</u>	logurte com polpa de fruta e banana
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e carne moída <i>Tomate/abobrinha</i>	Arroz, feijão e batata com coxa de frango <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne de panela <i>Repolho e cenoura</i> <i>Fruta: Laranja</i>	Arroz, feijão e macarrão com carne moída <i>Salada de beterraba e cenoura</i>	Arroz, feijão e quirera com carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Polenta 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				
	1256 kcal	168g 106%	38g 131%	20g 63%	187 mcg	28,5 mg	169 mg	5,0 mg

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



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



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 09/06	3ª FEIRA 10/06	4ª FEIRA 11/06	5ª FEIRA 12/06	6ª FEIRA 12/06
Café da manhã- 09:15h	Bolacha caseira com chá Fruta: Banana	Pão francês, doce de frutas e café com leite Fruta: Banana	Pão fatiado com margarina e chá	Pão fatiado com margarina e café com leite <u>Fruta: Banana e mamão</u>	Ovos mexidos
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e coxa de frango Salada de abobrinha e cenoura	Arroz, feijão e polenta com peito de frango <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida</i> <u>Fruta: Manga</u>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Repolho e cenoura</i>
Jantar 16:00h	Risoto	Sopa de frango com legumes	Macarrão com peito de frango	Quirera com carne de porco	

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				
		146 g 92%	39g 134%	18g 56%				

Vanderleia Volff, CRN 8 10292

Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



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



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 16/06	3ª FEIRA 17/06	4ª FEIRA 18/06	5ª FEIRA 19/06	6ª FEIRA 20/06
Café da manhã- 09:15h	Rosquinha com chá Fruta: Banana	Pão francês, margarina e café com leite Fruta: Banana	Ovos mexidos	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e carne moída Tomate/abobrinha	Arroz, feijão e batata com coxa de frango Alface e tomate	Arroz, feijão e carne de panela Repolho e cenoura Fruta: Laranja	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Quirera com carne de porco	Canjica com leite Fruta: banana	<u>Feriado</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				
		97g 61%	23g 79%	13g 40%				

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 JUNHO– SEMANA 4



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES E MATHEUS PAULINO DA ROCHA

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 23/06	3ª FEIRA 24/06	4ª FEIRA 25/06	5ª FEIRA 26/06	6ª FEIRA 27/06
Café da manhã- 08:00h	Bolacha caseira com glacê com chá Fruta: Banana	Pão francês, doce de frutas e café com leite Fruta: Banana	Pão fatiado com margarina e chá	Pão fatiado com margarina e café com leite <u>Fruta: Banana e mamão</u>	Ovos mexidos
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e coxa de frango Salada de abobrinha e cenoura	Arroz, feijão e polenta com peito de frango <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida <u>Fruta: Manga</u></i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Repolho e cenoura</i>
Jantar 16:00h	Risoto	Sopa de frango com legumes	Macarrão com peito de frango	Quirera com carne de porco	

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				
		113 g 71%	28g 96%	13g 40%				

Vanderleia Volff, CRN 8 10292

Necessidades Alimentares Especiais:

Alergia a ovos: fazer virado sem utilizar ovos, em panela separada, fazer farofa de carne moída no lugar de farofa de ovos.

Diabetes: ofertar pão, macarrão e arroz integral. Ofertar doce de frutas/leite e iogurte em versões zero açúcar. Ofertar somente um carboidrato por refeição



Intolerância a lactose: Ofertar leite e iogurte zero lactose.

Doença celíaca: Fazer quirera, polenta ou arroz no lugar de macarrão, pães, bolos e bolachas.

Alimentação Escolar



Cantagalo PR