



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO NOVEMBRO/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 04/11	3ª FEIRA 05/11	4ª FEIRA 06/11	5ª FEIRA 07/11	6ª FEIRA 08/11			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar e leite	Leite materno ou fórmula  Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar e leite	Leite materno ou fórmula  Ovos mexidos			
<b>Almoço 10:30h</b>  <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e peito de frango  <i>Salada de abobrinha</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca  <i>Salada de alface e tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango  Salada de beterraba	Arroz, feijão e carne moída  Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e peito de frango  Salada de repolho e cenoura			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Maça	Laranja	Banana	Manga	Banana			
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de legumes	Macarrão com peito de frango	Polenta com carne moída	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	1222 kcal	135g 139%	45g 250%	31g 155%	276 mcg	45,4 mg	290 mg	4,6 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 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ª FEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com leite	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	<i>Feriado</i>
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de abobrinha</i>	<i>Feriado</i>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Manga	Banana	Maça	<i>Feriado</i>
<b>Jantar 16:00h</b>	Macarrão com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	Sopa de legumes	<i>Feriado</i>

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				
	949 kcal	97g 100%	31g 172%	21g 105%	196 mcg	32 mg	188 mg	4,1 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

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**CARDÁPIO NOVEMBRO/2024– SEMANA 3**

**CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL**

**MODALIDADE DE ENSINO** (*Educação infantil*).

**ZONA** (*Urbana*)

**FAIXA ETÁRIA** (*8- 11 meses*).

**PERÍODO** (*Integral*)

	<b>2ª FEIRA 18/11</b>	<b>3ª FEIRA 19/11</b>	<b>4ª FEIRA 20/11</b>	<b>5ª FEIRA 21/11</b>	<b>6ª FEIRA 22/11</b>
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar com carne moída	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar e leite	<i>Feriado</i>	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar e leite	Leite materno ou fórmula  Ovos mexidos
<b>Almoço 10:30h</b>  <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e peito de frango  <i>Salada de abobrinha</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca  <i>Salada de alface e tomate</i>	<i>Feriado</i>	Arroz, feijão e carne moída  Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e peito de frango  Salada de repolho e cenoura
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Maça	Laranja	<i>Feriado</i>	Manga	Banana
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de legumes	Macarrão com peito de frango	<i>Feriado</i>	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão

<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	997 kcal	135g 139%	44g 244%	31g 155%	274 mcg	45,2 mg	289 mg	4,6 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 NOVEMBRO/2024– SEMANA 4



**CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL**

**MODALIDADE DE ENSINO** (*Educação infantil*).

**ZONA** (*Urbana*)

**FAIXA ETÁRIA** (*8- 11 meses*).

**PERÍODO** (*Integral*)

	2ª FEIRA 25/11	3ª FEIRA 26/11	4ª FEIRA 27/11	5ª FEIRA 28/11	6ª FEIRA 29/11
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Leite materno ou fórmula Pão sem açúcar com leite	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
<b>Almoço 10:30h</b>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de abobrinha</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura</i>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Manga	Banana	Maça	Bolo de laranja sem açúcar
<b>Jantar 16:00h</b>	Macarrão com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	Sopa de legumes	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				
	1201 kcal	132g 136%	43g 238%	28g 140%	256 mcg	34,9 mg	255 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.



**Vanderleia Volff, CRN 8 10292**

## 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.*

## *Alimentação Escolar*



*Cantagalo PR*