



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO JULHO/2022 – SEMANA 1



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 04/07	3ª FEIRA 05/07	4ª FEIRA 06/07	5ª FEIRA 07/07	6ª FEIRA 08/07			
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Bolo salgado de legumes e chá de camomila sem açúcar	Pão sem açúcar e vitamina de banana, maçã e mamão sem açúcar	Ovos mexidos			
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de batata legumes cozidos	Arroz, feijão e carne moída Salada de alface	Arroz, feijão e peito de frango Salada de repolho e cenoura	Risoto Salada de alface	Arroz, feijão e carne de porco Salada de repolho e cenoura			
Lanche da tarde 13:30h	Manga	Banana e mamão	Pera	Bolo de banana e maçã sem açúcar	Maçã			
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Sopa de legumes	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão			
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				
	962 kcal	159g 163%	47g 391%	16g 80%	265 mcg	44 mg	128 mg	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

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO JULHO/2022 – SEMANA 2



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 11/07	3ª FEIRA 12/07	4ª FEIRA 13/07	5ª FEIRA 14/07	6ª FEIRA 15/07
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com peito de frango	Pão sem açúcar e leite
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango <i>Cenoura cozida</i>	Carreteiro <i>Salada de repolho</i>	Arroz, feijão, carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão, picadinho de mandioca <i>Legumes cozidos</i>	Arroz, feijão, peito de frango <i>Salada de repolho</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Laranja	Banana e mamão	Manga	Maça
Jantar 16:00h	Macarrão com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com peito de frango	Sopa de legumes	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				
	828 kcal	122g 125%	51g 283%	16g 80%	189 mcg	39 mg	135 mg	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

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO JULHO/2022 – SEMANA 3



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 18/07	3ª FEIRA 19/07	4ª FEIRA 20/07	5ª FEIRA 21/07	6ª FEIRA 22/07
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Bolo salgado de legumes e chá de camomila sem açúcar		
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de batata legumes cozidos	Arroz, feijão e carne moída Salada de alface	Arroz, feijão e peito de frango Salada de repolho e cenoura		
Lanche da tarde 13:30h	Manga	Banana e mamão	Banana		
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Sopa de legumes		

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				
	600 kcal	97g 100%	31g 172%	10g 50%	146 mcg	29 mg	84 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 JULHO/2022 – SEMANA 4



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 25/07	3ª FEIRA 26/07	4ª FEIRA 27/07	5ª FEIRA 28/07	6ª FEIRA 29/07
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com peito de frango	Pão sem açúcar e leite
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango <i>Cenoura cozida</i>	Carreiroiro <i>Salada de repolho</i>	Arroz, feijão, carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão, picadinho de mandioca - <i>Legumes cozidos</i>	Arroz, feijão, peito de frango <i>- Salada de repolho</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Laranja	Banana e mamão	Manga	Maça
Jantar 16:00h	Macarrão com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com peito de frango	Sopa de legumes	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				
	828 kcal	122g 125%	51g 283%	16g 80%	189 mcg	39 mg	135 mg	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

Vanderleia Volff, CRN 8 10292

Alimentação Escolar



Cantagalo PR