



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DEZEMBRO/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 02/12	3ª FEIRA 03/12	4ª FEIRA 04/12	5ª FEIRA 05/12	6ª FEIRA 06/12			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Leite materno ou fórmula  Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar e leite	Leite materno ou fórmula  Ovos mexidos	Leite materno ou fórmula  Pão sem açúcar e carne moída	Leite materno ou fórmula  Ovos mexidos			
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e batata com carne moída Salada de repolho e cenoura	Arroz, feijão e peito de frango  Salada de alface e tomate	Arroz, feijão e batata com coxa de frango  Salada de beterraba	Arroz, feijão e peito de frango  Salada de repolho e cenoura	Arroz, feijão e carne moída  Salada de abobrinha com cenoura			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Manga	Banana	Maça	Melancia	Banana			
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de frango com legumes	Quirera com carne de porco	Polenta com peito de frango	Macarrão com carne moída	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				
	1124 kcal	126g 129%	42g 233%	28g 140%	231 mcg	47,5 mg	192 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



## 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 09/12	3ª FEIRA 10/12	4ª FEIRA 11/12	5ª FEIRA 12/12	6ª FEIRA 13/12
<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> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de abobrinha e cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura</i>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Maça	Banana	Maça	Banana
<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				
	1141 kcal	127g 130%	40g 222%	25g 125%	212 mcg	34 mg	160 mg	5,4 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, 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*