



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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 30/06	3ª FEIRA 01/07	4ª FEIRA 02/07	5ª FEIRA 03/07	6ª FEIRA 04/07
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Manga	Maça	Banana e mamão	Banana
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Risoto	Sopa de feijão	Polenta 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				
		153g 139%	43g 238%	29g 145%				

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– SEMANA 2



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 07/07	3ª FEIRA 08/07	4ª FEIRA 09/07	5ª FEIRA 10/07	6ª FEIRA 11/07
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Pão sem açúcar	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de alface e tomate</i>	Arroz, feijão e ovos mexidos <i>Salada de repolho e cenoura</i>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Banana	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	Sopa de frango com legumes	<u>Férias</u>	<u>Férias</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				
		68g 70%	23g 137%	15 g 60%				

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 JULHO– SEMANA 3



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 28/07	3ª FEIRA 29/07	4ª FEIRA 30/07	5ª FEIRA 31/07	6ª FEIRA 01/08
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e carne moída Salada de alface	Arroz, feijão e coxa de frango Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e picadinho de batata Salada de repolho e cenoura
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Manga	Torta salgada	Banana e mamão	Banana
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Risoto	Sopa de feijão	Polenta 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				
		153g 139%	43g 238%	29g 145%				
	1196 kcal				307 mcg	24,8 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
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P

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.