



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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 02/12	3ª FEIRA 03/12	4ª FEIRA 04/12	5ª FEIRA 05/12	6ª FEIRA 06/12
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e carne moída	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e batata com carne moída <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface e tomate</i>	Arroz, feijão e batata com coxa de frango <i>Salada de beterraba</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Manga	Banana	Maça	Melancia	Banana
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Quirera com carne de porco	Polenta com peito de frango	Macarrão com carne moída	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				
	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



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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 09/12	3ª FEIRA 10/12	4ª FEIRA 11/12	5ª FEIRA 12/11	6ª FEIRA 13/12
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar com leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	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>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Banana	Maça	Banana
Jantar 16:00h	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