



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO DEZEMBRO/2023– SEMANA 1



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 27/11	3ª FEIRA 28/11	4ª FEIRA 29/11	5ª FEIRA 30/11	6ª FEIRA 01/12
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e manteiga	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango Salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão e carne de porco <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e Carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Manga	Melancia	Abacaxi
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Quirera com carne de porco	Sopa de legumes	Risoto

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				
	880 kcal	97g 100%	30g 166%	24g 120%	125 mcg	23 mg	50 mg	3,7 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 Voff
Vanderleia Voff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO DEZEMBRO/2023– SEMANA 2



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com peito de frango desfiado	<i>Feriado</i>
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de tomate</i>	<i>Feriado</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana e mamão	Maça	Torta salgada	Morango e banana	<i>Feriado</i>
Jantar 16:00h	Polenta com peito de frango	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Macarrão com carne moída	<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				
	652 kcal	75g 77%	21g 116%	16g 80%	90 mcg	11 mg	34 mg	2,9 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

Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO DEZEMBRO/2023– SEMANA 3



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12			
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e manteiga	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída			
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango Salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão e carne de porco <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e Carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>			
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Manga	Melancia	Abacaxi			
Jantar 16:00h	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Quirera com carne de porco	Sopa de legumes	Risoto			
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				
		880 kcal	97g 100%	30g 166%				

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/2023 – SEMANA 4



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 18/12	3ª FEIRA 19/12	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite						
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>						
Lanche da tarde 13:30h	Banana e mamão	Maça						
Jantar 16:00h	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				
		346 kcal	51g 52%	15g 55%				

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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR