



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DEZEMBRO/2023 – SEMANA 1

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



## CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL - BERÇARIO

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (6- 11 meses).

Consistência: bem cozido e amassado

PERÍODO (integral)

	2ª FEIRA 27/11	3ª FEIRA 28/11	4ª FEIRA 29/11	5ª FEIRA 30/11	6ª FEIRA 01/12			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e manteiga	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída			
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	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>			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Maça	Manga	Melancia	Abacaxi			
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Quirera com carne de porco	Sopa de legumes	Risoto			
<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				
	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 Volff  
**Vanderleia Volff**  
 Nutricionista  
 CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292



## CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).ZONA (*Urbana*)FAIXA ETÁRIA (*6- 11 meses*).Consistência: *bem cozido e amassado*PERÍODO (*Integral*)

	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com peito de frango desfiado	<u>Feriado</u>
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	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>	<u>Feriado</u>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana e mamão	Maça	Torta salgada	Morango e banana	<u>Feriado</u>
<b>Jantar 16:00h</b>	Polenta com peito de frango	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Macarrão com carne moída	<u>Feriado</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				
	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  
Vanderleia Volff  
Nutricionista  
CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292

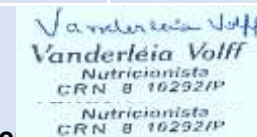


## CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).ZONA (*Urbana*)FAIXA ETÁRIA (*6- 11 meses*).PERÍODO (*Integral*)

	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e manteiga	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	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>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Maça	Manga	Melancia	Abacaxi
<b>Jantar 16:00h</b>	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 Volff, CRN 8 10292

Vanderleia Volff, CRN 8 10292





## CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).ZONA (*Urbana*)FAIXA ETÁRIA (*6- 11 meses*).Consistência: *bem cozido e amassado*PERÍODO (*Integral*)

	2ª FEIRA 18/12	3ª FEIRA 19/12	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite						
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	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>						
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana e mamão	Maça						
<b>Jantar 16:00h</b>	Polenta com peito de frango	Quirera com carne de porco						
<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>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	346 kcal	51g 52%	15g 55%	10g 50%	59,5 mcg	8,8 mg	21,8 mg	1,7 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 16292/P

# *Alimentação Escolar*



*Cantagalo PR*