



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO SETEMBRO/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 04/09	3ª FEIRA 05/09	4ª FEIRA 06/09	5ª FEIRA 07/09	6ª FEIRA 08/09
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e carne de porco Salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Manga	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</u>
Jantar 16:00h	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	<u>Feriado</u>	<u>Recesso</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				
	477 kcal	39g 60%	13g 108%	8g 61%	38 mcg	12 mg	21 mg	1,6 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
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 11/09	3ª FEIRA 12/09	4ª FEIRA 13/09	5ª FEIRA 14/09	6ª FEIRA 15/09
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar e leite
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango com batata <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana e mamão	Melancia	Maça	Banana	Laranja
Jantar 16:00h	Sopa de legumes	Risoto	Polenta com peito de frango	Sopa de feijão	Macarrão com carne moída

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				
	706 kcal	80g 173%	23g 191%	19g 146%	84 mcg	30 mg	45 mg	2,6 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
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 18/09	3ª FEIRA 19/09	4ª FEIRA 20/09	5ª FEIRA 21/09	6ª FEIRA 22/09			
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite			
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e carne de porco Salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e carne de porco Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e coxa de frango com batata e legumes cozidos			
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Manga	Laranja	Banana			
Jantar 16:00h	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	Macarrão com carne moída	Sopa de legumes			
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				
	732 kcal	75g 115%	23g 191%	15g 115%	85 mcg	24 mg	54 mg	2,6 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
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 SETEMBRO/2023 – SEMANA 4



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 25/09	3ª FEIRA 26/09	4ª FEIRA 27/09	5ª FEIRA 28/09	6ª FEIRA 29/09			
Café da manhã- 08:00h	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar e leite			
Almoço 10:30h <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango com batata <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>			
Lanche da tarde 13:30h	Banana e mamão	Melancia	Maça	Banana	Laranja			
Jantar 16:00h	Sopa de legumes	Risoto	Polenta com peito de frango	Sopa de feijão	Macarrão com carne moída			
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				
	706 kcal	80g 173%	23g 191%	19g 146%	84 mcg	30 mg	45 mg	2,6 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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR