



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO SETEMBRO/2022 – 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 05/09	3ª FEIRA 06/09	4ª FEIRA 07/09	5ª FEIRA 08/09	6ª FEIRA 09/09			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e vitamina de banana, maçã e mamão sem açúcar	<i>Feriado</i>	Ovos mexidos	Pão de queijo			
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e mandioca com coxa de frango  Salada de repolho	Arroz, feijão e carne moída  <i>Salada de alface</i>	<i>Feriado</i>	Arroz, feijão e peito de frango. <i>Brócolis e couve flor refogados</i>	Arroz, feijão e carne de porco. <i>Salada de repolho e cenoura</i>			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Maçã	<i>Feriado</i>	Manga	Laranja			
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	<i>Feriado</i>	Risoto	Sopa de legumes			
<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				
	585 kcal	78g 120%	22g 183%	21g 161%	162 mcg	31 mg	62 mg	3 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

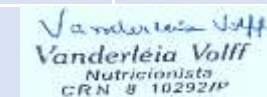
Vanderleia Volff, CRN 8 10292



## 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 12/09	3ª FEIRA 13/09	4ª FEIRA 14/09	5ª FEIRA 15/09	6ª FEIRA 16/09			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Torta salgada de frango	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos			
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Legumes cozidos</i>	Arroz, feijão, carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão, picadinho de mandioca. <i>Brócolis e couve flor refogada</i>	Arroz, feijão, coxa de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão, peito de frango. <i>Salada de repolho</i>			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana e mamão	Manga	Maça	Laranja	Banana			
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Sopa de legumes	Macarrão 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>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	786 kcal	101g 104%	34g 188%	28g 140%	204 mcg	38 mg	81 mg	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



## CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

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

	2ª FEIRA 19/09	3ª FEIRA 20/09	4ª FEIRA 21/09	5ª FEIRA 22/09	6ª FEIRA 23/09
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e vitamina de banana, maçã e mamão sem açúcar	Pão sem açúcar com peito de frango ao molho	Ovos mexidos	Pão de queijo
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e mandioca com coxa de frango Salada de repolho	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão, picadinho de batata <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e peito de frango Brócolis e couve flor refogados	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de repolho e cenoura</i>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Maçã	Banana e mamão	Manga	Laranja
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	Polenta com carne moída	Risoto	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				
	868 kcal	98g 101%	24g 133%	43g 215%	209 mcg	41 mg	83 mg	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



## CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

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

	2ª FEIRA 26/09	3ª FEIRA 27/09	4ª FEIRA 28/09	5ª FEIRA 29/09	6ª FEIRA 30/09			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Torta salgada de frango	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos			
<b>Almoço 10:30h</b> <i>Consistência: bem cozido e amassado</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Legumes cozidos</i>	Arroz, feijão, carne moída <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão, picadinho de mandioca. <i>Brócolis e couve flor refogada</i>	Arroz, feijão, coxa de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão, peito de frango. <i>Salada de repolho</i>			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana e mamão	Manga	Maça	Laranja	Banana			
<b>Jantar 16:00h</b>	Sopa de feijão	Polenta com carne moída	Sopa de legumes	Macarrão 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>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	863 kcal	98g 101%	25g 138%	43g 215%	183 mcg	35 mg	81 mg	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  
 Vanderleia Volff  
 Nutricionista  
 CRN 8 10292/P

Vanderleia Volff, CRN 8 10292

# *Alimentação Escolar*



*Cantagalo PR*