



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIO SETEMBRO/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 04/09	3ª FEIRA 05/09	4ª FEIRA 06/09	5ª FEIRA 07/09	6ª FEIRA 08/09			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída	<i>Feriado</i>	<i>Recesso</i>			
<b>Almoço 10:30h</b>	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>	<i>Feriado</i>	<i>Recesso</i>			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Maça	Manga	<i>Feriado</i>	<i>Recesso</i>			
<b>Jantar 16:00h</b>	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	<i>Feriado</i>	<i>Recesso</i>			
<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				
	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*  
**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 2



**CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL**

**MODALIDADE DE ENSINO** (*Educação infantil*).

**ZONA** (*Urbana*)

**FAIXA ETÁRIA** (*1- 4 anos*).

**PERÍODO** (*parcial*)

	2ª FEIRA 11/09	3ª FEIRA 12/09	4ª FEIRA 13/09	5ª FEIRA 14/09	6ª FEIRA 15/09
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar e leite
<b>Almoço 10:30h</b>	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>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana e mamão	Melancia	Maça	Banana	Laranja
<b>Jantar 16:00h</b>	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%				

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*  
**Vanderleia Volff**  
Nutricionista  
CRN 8 10292/P



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIO SETEMBRO/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 18/09	3ª FEIRA 19/09	4ª FEIRA 20/09	5ª FEIRA 21/09	6ª FEIRA 22/09			
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar e carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite			
<b>Almoço 10:30h</b>	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			
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana	Maça	Manga	Laranja	Banana			
<b>Jantar 16:00h</b>	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	Macarrão com carne moída	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				
	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, 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** (*1- 4 anos*).

**PERÍODO** (*parcial*)

	2ª FEIRA 25/09	3ª FEIRA 26/09	4ª FEIRA 27/09	5ª FEIRA 28/09	6ª FEIRA 29/09
<b>Café da manhã- 08:00h</b>	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com carne moída	Pão sem açúcar e leite
<b>Almoço 10:30h</b>	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>
<b>Lanche da tarde 13:30h</b>	Banana e mamão	Melancia	Maça	Banana	Laranja
<b>Jantar 16:00h</b>	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  
Nutricionista  
CRN 8 10292/P

**Vanderleia Volff, CRN 8 10292**

# *Alimentação Escolar*



*Cantagalo PR*