



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 1



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 02/09	3ª FEIRA 03/09	4ª FEIRA 04/09	5ª FEIRA 05/09	6ª FEIRA 06/09
Café da manhã- 09:15h	Rosquinha com chá Fruta: Banana	Pão francês, margarina e chá Fruta: Banana	Pão caseiro com doce de leite e chá <u>Fruta: Maça</u>	Mini pãozinho com queijo e apesuntado e leite com cacau 100%	logurte com polpa de fruta e banana
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e carne moída com legumes cozidos	Arroz, feijão e peito de frango <i>Beterraba e cenoura cozida</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i> <u>Fruta: Melancia</u>	Arroz, feijão e polenta com carne moída <i>Salada de repolho e cenoura cozido</i>
Jantar 16:00h	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	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				
	984 kcal	127g 80%	35g 120%	17g 53%	62 mcg	60 mg	94 mg	4,9 mg



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 2

Vanderleia Volff
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

FAIXA ETÁRIA (5-10 anos).

PERÍODO (integral)

	2ª FEIRA 09/09	3ª FEIRA 10/09	4ª FEIRA 11/09	5ª FEIRA 12/09	6ª FEIRA 13/09
Café da manhã- 09:15h	<u>Pedagógica</u>	Pão francês, doce de leite e chá Fruta: Banana	Pão caseiro com margarina e chá <u>Fruta: Banana e mamão</u>	Pão caseirinho com carne moída	Canjica com leite Fruta: Banana
Almoço 11:40h	<u>Pedagógica</u>	Arroz, feijão e peito de frango Alface e tomate	Arroz, feijão e picadinho de mandioca Cenoura e beterraba cozida	Arroz, feijão e quirera com carne de porco Salada de alface <u>Fruta: Laranja</u>	Arroz, feijão e coxa de frango Salada de abobrinha refogada
Jantar 16:00h	<u>Pedagógica</u>	Carreteiro	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	

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				
	854 kcal	101 g 64%	28g 97%	15g 47%	504 mcg	20,5 mg	74,8 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
Vanderleia Volff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 3



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*5-10 anos*).

PERÍODO (*integral*)

	2ª FEIRA 16/09	3ª FEIRA 17/09	4ª FEIRA 18/09	5ª FEIRA 19/09	6ª FEIRA 20/09
Café da manhã- 09:15h	Rosquinha com chá Fruta: Banana	Pão francês, margarina e chá Fruta: Banana	Pão caseiro com doce de leite e chá <u>Fruta: Maça</u>	Mini pãozinho com queijo e apresuntado e leite com cacau 100%	iogurte com polpa de fruta e banana
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e carne moída com legumes cozidos	Arroz, feijão e peito de frango <i>Beterraba e cenoura cozida</i>	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de abobrinha com cenoura</i> <u>Fruta: Melancia</u>	Arroz, feijão e polenta com carne moída <i>Salada de repolho e cenoura cozida</i>
Jantar 16:00h	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Macarrão com peito de frango	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				
	984 kcal	127g 80%	35g 120%	17g 53%	62 mcg	60 mg	94 mg	4,9 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



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANTAGALO PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO SETEMBRO– SEMANA 4



CARDÁPIO ESCOLA MUNICIPAL CASTRO ALVES

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (5-10 anos).

PERÍODO (integral)

	2ª FEIRA 23/09	3ª FEIRA 24/09	4ª FEIRA 25/09	5ª FEIRA 26/09	6ª FEIRA 27/09
Café da manhã- 08:00h	Bolacha caseira com leite	Pão francês, doce de leite e chá Fruta: Banana	Pão caseiro com margarina e chá <u>Fruta: Banana e mamão</u>	Pão caseirinho com carne moída	Pão fatiado com margarina Fruta: Banana
Almoço 11:40h	Arroz, feijão e macarrão com carne moída Salada de repolho com cenoura	Arroz, feijão e peito de frango <i>Alface e tomate</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Cenoura e beterraba cozida</i>	Arroz, feijão e quirera com carne de porco <i>Salada de alface <u>Fruta: Laranja</u></i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de abobrinha refogada</i>
Jantar 16:00h	Sopa de frango com legumes	Carreteiro	Polenta com carne moída	Sopa de feijão	

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				
	1040 kcal	125g 79%	38g 131%	20g 62,5%	553 mcg	23,8 mg	132 mg	3,8 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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR