



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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Repolho cozido</i>	Arroz, feijão e carne de porco <i>Salada de abobrinha com cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango legumes cozidos
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Melancia	Manga	Maça	Banana
Jantar 16:00h	Sopa de legumes	Polenta com peito de frango	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	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				
	942 kcal	97g 100%	35g 194%	25g 125%	128 mcg	27,8 mg	54 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 Voff
Vanderleia Voff
Nutricionista
CRN 8 10292/P



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



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (1- 4 anos).

PERÍODO (parcial)

	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e coxa de frango <i>Salada de repolho e cenoura</i>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Melancia	Banana	Pera
Jantar 16:00h	Macarrão com peito de frango	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	Risoto	Polenta com peito de frango

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				
	875 kcal	87g 133%	35g 194%	22g 169%	93 mcg	18,8 mg	50 mg	3,5 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 MARÇO– SEMANA 3



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (*Educação infantil*).

ZONA (*Urbana*)

FAIXA ETÁRIA (*1- 4 anos*).

PERÍODO (*parcial*)

	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar e leite	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar e leite	Ovos mexidos
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de alface</i>	Arroz, feijão e picadinho de mandioca <i>Repolho cozido</i>	Arroz, feijão e carne de porco Salada de abobrinha com cenoura	Arroz, feijão e peito de frango legumes cozidos
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Melancia	Melão	Maça	Banana
Jantar 16:00h	Sopa de legumes	Polenta com peito de frango	Sopa de feijão	Quirera com carne de porco	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				
	942 kcal	97g 100%	35g 194%	25g 125%	128 mcg	27,8 mg	54 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
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 MARÇO– SEMANA 4



CARDÁPIO CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MODALIDADE DE ENSINO (Educação infantil).

ZONA (Urbana)

FAIXA ETÁRIA (1- 4 anos).

PERÍODO (parcial)

	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Café da manhã- 08:00h	Pão sem açúcar com carne moída	Ovos mexidos	Pão sem açúcar com leite	<u>Recesso</u>	<u>Feriado</u>
Almoço 10:30h	Arroz, feijão e picadinho de batata <i>Salada de repolho e cenoura</i>	Arroz, feijão e peito de frango <i>Salada de tomate</i>	Arroz, feijão e carne moída <i>Salada de tomate</i>	<u>Recesso</u>	<u>Feriado</u>
Lanche da tarde 13:30h	Banana	Maça	Melancia	<u>Recesso</u>	<u>Feriado</u>
Jantar 16:00h	Macarrão com peito de frango	Quirera com carne de porco	Sopa de feijão	<u>Recesso</u>	<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				
	535 kcal	41g 53%	18g 100%	11g 84%	54,26 mcg	42,4 mg	24,4 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

Alimentação Escolar



Cantagalo PR