

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CATANDUVAS – PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – Ensino Infantil e Fundamental, ZONA rural, PERÍODO integral

TRIMESTRAL MAIO A JULHO /2024

| | <u><i>Café da Manhã 7:30h</i></u> | <u><i>Lanche da Manhã 9:30h</i></u> | <u><i>Almoco 11:30h</i></u> | <u><i>Lanche da Tarde 14:30h</i></u> |
|-----------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <i>Segunda-feira</i> | Pão + Margarina, Café com leite. | Macarrão com frango e legumes | Arroz + feijão + carne moída ao molho de tomate + polenta + salada | Fruta ou bolacha |
| <i>Terça-feira</i> | Pão, doce de fruta, Chá. | Polenta com carne moída | Arroz + feijão + frango ao molho + macarrão + salada ou legumes. | Pipoca salgada |
| <i>Quarta-feira</i> | Bolacha, leite. | Quirera com carne (frango ou porco) | Arroz + feijão + carne de gado ao molho de tomate + mandioca + salada | Fruta ou bolacha |
| <i>Quinta-feira</i> | Bolo, Chá. | Risoto de frango e legumes | Arroz + feijão + carne suína + legumes e salada | Pipoca salgada |
| <i>Sexta-feira</i> | Pão, Margarina, Leite com achocolatado. | Bolo simples com chá | Arroz + feijão + carne moída com legumes e batata + salada ou legumes | Bolo simples ou fruta |

| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|-------------------------------------------|-------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | 1150 kcal | 158 a 187 g | 29 a 43 g | 32 a 45 g |
| | | 55% a 65% | 10 a 15% | 15% a 30% |

Daniel M. Enokida – CRN8 4184

Obs.: o cardápio poderá passar por alterações mediante a necessidades de adaptação respeitando as normas vigentes.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CATANDUVAS – PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – Ensino Infantil e *Fundamental*, **ZONA** urbana/rural, **PERÍODO** parcial

JUNHO /2024

| 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------|
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Risoto de frango com legumes | Polenta com carne em molho e salada | Macarrão com frango e legumes e fruta | Arroz com carne moída e salada | Chá com bolacha |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Polenta com frango em molho | Macarrão com frango e legumes | Quirera (canjiquinha) com porco, salada | Farofa de ovos com legumes e chá | Pão com queijo, chá e fruta |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| Polenta com carne moída e legumes | Sopa de feijão macarrão e legumes | Arroz, feijão, carne em molho e salada | Macarronada caseira com frango e salada | iogurte, bolacha e fruta |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| Arroz, carne moída e legumes | Polenta com carne em molho e salada | Dia da fruta | Vaca atolada e salada | Cuca, geleia, chá e fruta |

| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|-----------------------------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | 329 kcal | 50 g | 12 g | 10,6 g |
| | | 56 % | 15 % | 29% |

Daniel M. Enokida – CRN8 4184

Obs.: o cardápio poderá passar por alterações mediante a necessidades de adaptação respeitando as normas vigentes.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CATANDUVAS – PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – Ensino Infantil e *Fundamental*, **ZONA** urbana/rural, **PERÍODO** parcial

JUNHO /2024

| 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------|
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Risoto de frango com legumes | Polenta com carne em molho e salada | Macarrão com frango e legumes e fruta | Arroz com carne moída e salada | Chá com bolacha |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| Polenta com frango em molho | Macarrão com frango e legumes | Quirera (canjiquinha) com porco, salada | Farofa de ovos com legumes e chá | Pão com queijo, chá e fruta |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| Polenta com carne moída e legumes | Sopa de feijão macarrão e legumes | Arroz, feijão, carne em molho e salada | Macarronada caseira com frango e salada | iogurte, bolacha e fruta |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| Arroz, carne moída e legumes | Polenta com carne em molho e salada | Dia da fruta | Vaca atolada e salada | Cuca, geleia, chá e fruta |

| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|-----------------------------------------------|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| | 329 kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 50 g | 12 g | 10,6 g |
| | | 56 % | 15 % | 29% |

Daniel M. Enokida – CRN8 4184

Obs.: o cardápio poderá passar por alterações mediante a necessidades de adaptação respeitando as normas vigentes.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CATANDUVAS – PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO COMPLEMENTAR INTEGRAL ESCOLA TIRADENTES
Ensino Fundamental, ZONA urbana, PERÍODO integral

JUNHO /2024

Almoço 11:30h

Lanche da Tarde 15:00h

| | | |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Segunda-feira | Arroz + feijão + carne moída ao molho de tomate + polenta + salada | Fruta ou bolacha |
| Terça-feira | Arroz + feijão + frango ao molho + macarrão + salada ou legumes. | Pipoca salgada |
| Quarta-feira | Arroz + feijão + carne de gado ao molho de tomate + mandioca + salada | Fruta ou bolacha |
| Quinta-feira | Arroz + feijão + carne suína + legumes e salada | Pipoca salgada |
| Sexta-feira | Macarrão + carne moída com legumes e batata + salada ou legumes | Bolo simples ou fruta |

| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|-------------------------------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|
| | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | 329 kcal | 50 g | 12 g | 10,6 g |
| | | 56 % | 15 % | 29% |

Daniel M. Enokida – CRN8 4184

Obs.: o cardápio poderá passar por alterações mediante a necessidades de adaptação respeitando as normas vigentes.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CATANDUVAS – PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – 6 meses a 1 ano, ZONA urbana, PERÍODO integral

1º. SEMESTRE/2024

| | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ | Fórmula infantil | Fórmula infantil | Fórmula infantil | Fórmula infantil | Fórmula infantil |
| ALMOÇO | Arroz, caldo de feijão, legumes e salada | Polenta (quirera) com frango desfiado, caldo de feijão, e legumes | Arroz, caldo de feijão, carne porco desfiada, legumes e salada | Macarrão com frango desfiado ao molho e legumes | Risoto de frango com legumes |
| LANCHE DA TARDE | 1 pedaço de fruta, biscoito caseiro ou bolo (leite berçário se necessário) | 1 pedaço de fruta, biscoito caseiro ou bolo (leite berçário se necessário) | 1 pedaço de fruta, biscoito caseiro ou bolo (leite berçário se necessário) | 1 pedaço de fruta, biscoito caseiro ou bolo (leite berçário se necessário) | 1 pedaço de fruta, biscoito caseiro ou bolo (leite berçário se necessário) |
| JANTAR | Sopa de legumes macarrão e carne | Sopa de fubá com legumes e frango | Sopa de legumes macarrão e carne | Sopa de feijão legumes e carne | Sopa de legumes arroz e frango |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 405 kcal | 66 g | 11 g | 11 g |
| | | | 65 % | 11 % | 24 % |

Daniel M. Enokida – CRN8 4184

Obs.: o cardápio poderá passar por alterações mediante a necessidades de adaptação respeitando as normas vigentes.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CATANDUVAS – PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – pré-escolar, ZONA urbana, PERÍODO integral

1º. SEMESTRE/2024

| | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| CAFÉ DA MANHÃ 8:00H | Chá, pão com manteiga e queijo | Leite bolo de fubá, bolacha e fruta | Café com leite e pão com manteiga e queijo | Chá com bolo de cenoura e bolacha | Leite batido com fruta, bolo simples (cenoura, cacau, laranja ou baunilha) |
| ALMOÇO 11:00H | Arroz, feijão, ovos cozidos (ou mexidos), legumes e salada | Polenta (quirera) com frango ao molho e legumes | Arroz, feijão, porco, mandioca (ou batata cozidas), legumes e salada | Macarrão com frango (ou carne moída) ao molho e legumes | Risoto de frango com legumes |
| LANCHE DA TARDE 13:30H | 1 pedaço de fruta ou bolo | 1 pedaço de fruta ou bolo | 1 pedaço de fruta ou bolo | 1 pedaço de fruta ou bolo | 1 pedaço de fruta ou bolo |
| JANTAR 15:30H | Chá com pão | Sopa de legumes arroz e frango | Leite com bolacha | *Sopa de feijão legumes e carne | Chá com pão |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 405 kcal | 66 g | 11 g | 11 g |
| | | | 65 % | 11 % | 24 % |

Daniel M. Enokida – CRN8 4184

Obs.: o cardápio poderá passar por alterações mediante a necessidades de adaptação respeitando as normas vigentes.

* 1 vez por mês poderá haver trocas por canjica, sagu, mingau de leite ou torta de bolacha doce.

