

	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ CARDÁPIO DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CMEIS ETAPA DE ENSINO: Berçário II FAIXA ETÁRIA: 1 a 2 anos ZONA: Urbana PERÍODO: PARCIAL e INTEGRAL NECESSIDADES ALIMENTARES: sim*				 Programa Nacional de Alimentação Escolar	
Semana 1 (31/03-04-01)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Café da Manhã	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Estudo e planejamento (não haverá aula)	
Lanche da manhã	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula		
Almoço	Arroz e feijão Carne moída refogada com batata picada Cenoura cozida	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa assada Polenta cremosa Repolho ralado	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Purê de batata-doce Alface	Arroz e feijão Almôndegas ao molho de tomate Macarrão cozido e cheiro verde Salada de repolho Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo		
Lanche da tarde I	Sopa de feijão, cenoura, peito de frango e macarrão de letrinhas Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Macarrão com frango desfiado ao molho de tomate Salada de beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz carreteiro Salada de alface	Purê de abóbora cabotiá Peito de frango desfiado Salada de tomate		
Lanche da tarde II	Maçã	Banana	Pera	Melancia		
Lanche da tarde III (ofertar somente em casos de pouca alimentação das outras refeições prévias, em pouca quantidade, observando fome e saciedade e aceitação prévia dos outros alimentos, SOMENTE NO COPINHO)	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula		
Semana 2 (07/04-11/04)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Café da Manhã	Laranja	Maçã	Mamão	Maçã	Mamão	
Lanche da manhã	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	
Almoço	Arroz e feijão Carne moída refogada Macarrão alho e óleo e cheiro verde Cenoura cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa ao molho de tomate Purê de batatas Repolho ralado	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Batata doce assada em rodela Alface	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa assada Polenta cozida Chuchu cozido	Arroz e feijão Carne moída refogada Macarrão ao molho de tomate Beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	
Lanche da tarde I	Sopa de legumes (batata, chuchu e cenoura) e músculo	Galinhada e chuchu cozido	Panqueca rosa (com beterraba) recheada com frango desfiado e salada de tomate Alérgicos a gluten/ovo: seguir receita	Sopa de feijão, cenoura, peito de frango e macarrão de letrinhas Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz, carne moída refogada e salada de tomate	
Lanche da tarde II	Maçã	Laranja	Banana	Laranja	Banana	
Lanche da tarde III (ofertar somente em casos de pouca alimentação das outras refeições prévias, em pouca quantidade, observando fome e saciedade e aceitação prévia dos outros alimentos, SOMENTE NO COPINHO)	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	
Semana 3 (14/04-18/04)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Café da Manhã	Maçã	Mamão	Banana	Feriado e recesso		
Lanche da manhã	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula			
Almoço	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa refogada Batata assada Salada de repolho	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Polenta Abobrinha	Arroz e feijão Carne moída Mandioca cozida Alface Alergia ao glúten/ovo: receita da panqueca anexa			
Lanche da tarde I	Macarrão ao molho de tomate e peito de frango desfiado Salada de beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz carreteiro Salada de tomate	Sopa de feijão, cenoura, músculo desfiado e macarrão Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo			
Lanche da tarde II	Laranja	Caqui	Laranja			

Lanche da tarde III (ofertar somente em casos de pouca alimentação das outras refeições prévias, em pouca quantidade, observando fome e saciedade e aceitação prévia dos outros alimentos, SOMENTE NO COPINHO)	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula		
Semana 4 (21/04-25/04)	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Feriado	Laranja	Maçã	Mamão	Maçã
Lanche da manhã		Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula
Almoço		Arroz e feijão Carne moída refogada Macarrão alho e óleo e cheiro verde Cenoura cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa ao molho de tomate Purê de batatas Repolho ralado	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Batata doce assada em rodela Alface	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa assada Polenta cozida Chuchu cozido
Lanche da tarde I		Sopa de legumes (batata, chuchu e cenoura) e músculo	Galinhada e chuchu cozido	Macarrão com carne moída e salada de tomate Alérgicos a gluten/ovo: macarrão se ovo e glúten	Sopa de feijão, cenoura, peito de frango e macarrão de letrinhas Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde II		Maçã	Laranja	Banana	Laranja
Lanche da tarde III (ofertar somente em casos de pouca alimentação das outras refeições prévias, em pouca quantidade, observando fome e saciedade e aceitação prévia dos outros alimentos, SOMENTE NO COPINHO)		Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula
Semana 4 (28/04-02/05)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Maçã	Mamão	Banana	Feriado e recesso	
Lanche da manhã	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU		
Almoço	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa refogada Polenta Salada de repolho	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Mandioca cozida	Arroz e feijão Carne moída Purê de batatas Alface		
Lanche da tarde I	Macarrão ao molho de tomate e carne moída Salada de beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Sopa de feijão, frango e batata	Arroz, feijão e carne moída Salada de tomate		
Lanche da tarde II	Laranja	Caqui	Laranja		
Lanche da tarde III (ofertar somente em casos de pouca alimentação das outras refeições prévias, em pouca quantidade, observando fome e saciedade e aceitação prévia dos outros alimentos, SOMENTE NO COPINHO)	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula	Leite materno/fórmula ou leite de vaca puro (somente para maiores de um ano) OU Intolerantes a lactose: leite zero lactose Alérgicos ao leite: bebida vegetal ou fórmula		
*O cardápio poderá ser alterado conforme disponibilidade dos alimentos e autorização prévia do Setor de Nutrição da SEMEC;					
**Os alimentos considerados alergênicos ou não tolerados serão substituídos mediante laudos; Não engrossar o feijão com farinha devido alergicos ao glúten.					
***As bebidas NÃO PODEM ser adoçadas com açúcar, somente com frutas.					
****O cardápio foi elaborado com base na Resolução FNDE/PNAE 06/2020 e as leis vigentes da alimentação escolar.					
Caroline Maliska Klauck (Nutricionista PNAE - CRN8/12586)			Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)		
Cálculo do Cardápio	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Calcio, Ferro, Vit A e C
Média Semanal	781,00	131	35,00	13 g	222 mg, 4 mg, 757 mg, 41 mg