



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ
CARDÁPIO* DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CMEIS
 ETAPA DE ENSINO: Maternal I e II; Infantil IV FAIXA ETÁRIA: 2 a 4 anos ou mais
 ZONA: Urbana PERÍODO: PARCIAL e INTEGRAL
 NECESSIDADES ALIMENTARES: não**



Semana 1 (05/02/25-07/02/25)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã			Pão com nata e leite batido com banana sem açúcar/chá	Pão com manteiga e leite puro sem açúcar***/chá	Pão com nata e leite com cacau/chá Mamão
Almoço			Arroz e feijão Carne moída Polenta Cozida Repolho e beterraba	Arroz e feijão Carne suína desfiada Mandioca ou Batata doce cozida Alface e rúcula	Arroz e feijão Coxa-sobrecoxa assada Purê de batata Tomate e Repolho
Lanche da tarde I			Macarrão cabelo de anjo com carne moída ao molho e cenoura picadinha	Torta de legumes e suco sem açúcar	Galinhada com peito de frango Salada de repolho
Lanche da tarde II			Maçã	Laranja	Banana
Semana 2 (10/02-14/02)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Pão com nata e leite puro sem açúcar/chá Laranja	Pão com manteiga e leite com cacau sem açúcar/chá Maçã	Pão com nata e leite sem açúcar/chá Mamão	Pão com manteiga e leite batido com banana/chá	Pão com nata e leite com cacau Maçã
Almoço	Arroz e feijão Carne moída refogada Macarrão ao molho de tomate Repolho e cenoura ralados	Arroz e feijão Carne suína assada Mandioca cozida Kabotiá assada	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Batata doce cozida Alface e Rúcula	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa desfiada ao molho de tomate Batata assada Salada de tomate	Arroz e feijão Carne moída Polenta cozida Beterraba cozida
Lanche da tarde I	Bolo simples e leite com cacau	Sopa de feijão, frango desfiado e macarrão	Peito de frango desfiado Arroz colorido (cenoura e cheiro verde)	Arroz carreteiro com carne de patinho e salada de alface	Pão com carne moída e suco sem açúcar
Lanche da tarde II	Maçã	Banana	Pera	Maçã	Laranja
Semana 3 (17/02-21/02)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Pão com nata e leite puro sem açúcar Laranja	Pão com manteiga e leite batido com banana/chá	Pão com nata e leite sem açúcar/chá Mamão	Pão com manteiga e leite com cacau sem açúcar/chá	Pão com nata e leite com cacau/chá Maçã
Almoço	Arroz e feijão Carne moída Macarrão ao molho branco (receita anexa) Beterraba ralada	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa desfiada ao molho de tomate Polenta cozida Salada de repolho	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Mandioca Alface e tomate	Arroz e feijão Carne suína assada Purê de batata doce Cenoura ralada com repolho	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa assada Macarrão ao molho de tomate Alface e rúcula
Lanche da tarde I	Torta salgada de frango e leite com cacau	Batata cozida e carne moída com legumes	Macarrão parafuso com carne moída ao molho e cenoura picadinha	Pão de queijo e suco sem açúcar	Estrogonofe de frango, arroz branco e salada de alface
Lanche da tarde II	Maçã	Banana	Pera	Maçã	Laranja
Semana 4 (24/02-28/02)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Pão com nata e leite puro sem açúcar Laranja	Pão com manteiga e leite com cacau sem açúcar/chá	Pão com nata e leite sem açúcar/chá Mamão	Pão com manteiga e leite com cacau sem açúcar/chá Maçã	Pão com nata e leite com cacau/chá
Almoço	Arroz e feijão Carne moída refogada Macarrão ao molho de tomate Salada de tomate	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa Purê de batata doce Cenoura ralada com repolho	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Mandioca e/ou Kabotiá cozida Alface e rúcula	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa desfiada ao molho de tomate Polenta cozida Salada de repolho	Arroz e feijão Carne suína Macarrão temperado (alho e cheiro verde) Beterraba
Lanche da tarde I	Arroz branco, carne moída refogada e salada de repolho	Bolo simples e suco sem açúcar	Torta de legumes e chá	Arroz carreteiro com carne de patinho e salada de alface	Pão com patê de frango desfiado (nata com cenoura ralada) e chá
Lanche da tarde II	Maçã	Banana	Pera	Maçã	Laranja

*O cardápio poderá ser alterado conforme disponibilidade dos alimentos e autorização prévia do Setor de Nutrição do SEMEC;

**Os alimentos considerados alergênicos ou não tolerados serão substituídos mediante laudos;

***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	753 kcal	118 g	35 g	16 g	223 mg, 5 mg, 705 mg, 28 mg