



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*



Semana 1 (05/05-09/05)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Banana maçã	Maçã argentina	Mamão	Banana maçã	Maçã argentina
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 Coxa sobrecoxa assada Polenta cremosa Salada de repolho e cenoura ralada	Arroz e feijão Came moída Macarrão ao molho de tomate Chuchu e beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Came bovada em tiras acebolada Batata cozida Alface e tomate	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa ao molho de tomate Batata doce assada em rodelas Salada de repolho e abobrinha refogada	Arroz e feijão Macarrão com peito de frango desfiado e molho de tomate Salada de repolho e tomate Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde I	Sopa de legumes (cenoura, abobrinha, batata), macarrão e peito de frango Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz, feijão e carne moída Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Galinhada Salada de alface	Sopa de feijão, cenoura e macarrão de letrinhas	Macarrão com peito de frango desfiado e cenoura ralada Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde II	Maçã argentina	Banana maçã	Banana maçã	Laranja	Banana maçã
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 2 (12/05-16/05)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Laranja	Maçã argentina	Mamão	Maçã argentina	Banana 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	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 Came moída refogada Macarrão alho e óleo e cheiro verde Cenoura cozida e repolho refogado Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Cubos de peito de frango ao molho Polenta cremosa Chuchu e beterraba	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Purê de batata Alface e tomate	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa assada Mandioca cozida Abobrinha e cenoura	Arroz e feijão Macarrão com carne moída Alface e tomate Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde I	Sopa de feijão, batata e legumes	Macarrão com molho de frango (peito desfiado e refogado com molho de tomate e cebola) Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz carreteiro e repolho	Sopa de legumes, macarrão e coxa sobrecoxa Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz, feijão e carne moída refogada com cenoura ralada
Lanche da tarde II	Laranja	Maçã argentina	Banana maçã	Laranja	Banana maçã
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 (19/05-23/05)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Maçã argentina	Mamão	Banana maçã	Mamão	Banana 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	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 Macarrão ao molho de tomate Salada de repolho Alergia ao glúten/ovo: macarrão sem ovo e sem glúten	Arroz e feijão Carne moída Purê de batata doce Abobrinha e cenoura ralada	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Polenta Repolho e tomate	Arroz e feijão Carne moída refogada com batata Alface e beterraba	Arroz e feijão Macarrão alho e óleo Coxa sobrecoxa e cenoura assada Salada de alface e tomate Alérgicos a glúten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde I	Galinhada com cenoura em cubinhos	Arroz, feijão e carne moída	Sopa de legumes, macarrão cabelo de anjo e músculo Alérgicos a glúten/ovo: macarrão se ovo e glúten	Sopa de feijão, legumes e macarrão de letrinhas Alérgicos a glúten/ovo: macarrão se ovo e glúten	Macarrão e coxa sobrecoxa Repolho
Lanche da tarde II	Laranja	Caqui	Laranja	Maçã argentina	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	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 (26/05-30/05)	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Maçã argentina	Banana maçã	Maçã argentina	Mamão	Banana 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	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 Polenta cremosa Salada de repolho e cenoura ralada	Arroz e feijão Macarrão com peito de frango ao molho de tomate Alface e cenoura ralada Alérgicos a glúten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa ao molho de tomate Purê de batatas Alface e tomate	Arroz e feijão Arroz carreteiro Repolho e tomate	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa assada Mandioca cozida Chuchu cozido e beterraba
Lanche da tarde I	Arroz, feijão e carne moída Salada de repolho	Arroz e frango desfiado Cenoura cozida	Sopa de legumes, macarrão de letrinhas e coxa sobrecoxa Alérgicos a glúten/ovo: macarrão se ovo e glúten	Macarrão com carne moída e salada de alface Alérgicos a glúten/ovo: macarrão se ovo e glúten	Sopa de feijão, cenoura, músculo e macarrão cabelo de anjo Alérgicos a glúten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde II	Laranja	Maçã argentina	Laranja	Banana maçã	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	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 alergias 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 Klauk (Nutricionista PNAE - CRN8/12586)

Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)

Cálculo do Cardápio	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Calcio, Ferro, Vit A e C
Média Semanal	781,00	131	35,00	13 g	222 mg, 4 mg, 757 mg, 41 mg