



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: 1 a 4 anos ou mais
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	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Banana
Almoço	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa assada Polenta cremosa Salada de repolho e cenoura ralada	Arroz e feijão Carne moída Macarrão ao molho de tomate Chuchu e beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Carne bovina em tiras acebolada Batata cozida Alface e tomate	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa ao molho de tomate Batata doce assada em rodela 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	Pão de queijo e leite com cacau Alérgicos a ovo: ver receituário	Pão francês com carne moída Chá quente Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Galinhada Salada de alface	Sopa de feijão, cenoura e macarrão de letrinhas Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Torta salgada de carne moída Alérgicos a gluten: ver receituário
Lanche da tarde II	Maçã	Laranja	Caqui	Laranja	Maçã
Semana 2 (12/05-16/05)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão
Almoço	Arroz e feijão Carne 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	Bolo de banana sem açúcar (receituário) e leite morno com cacau Alérgicos a gluten/ovo: seguir receituário Alérgicos a leite: leite zero lactose/bebida vegetal	Pão francês com molho de frango (peito desfiado e refogado com molho de tomate e cebola) Chá quente Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Arroz carreteiro e repolho	Sopa de legumes, batata e coxa sobrecoxa	Arroz, feijão e carne moída refogada com cenoura ralada
Lanche da tarde II	Maçã	Laranja	Caqui	Maçã	Laranja
Semana 3 (19/05-23/05)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Banana
Almoço	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa refogada Macarrão ao molho de tomate Salada de repolho Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	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 cenoura ralada Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde I	Galinhada com cenoura em cubinhos	Pão francês com carne moída Chá quente Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Pão de queijo e leite com cacau Alérgicos a ovo/leite: seguir receituário Intolerantes/alérgicos a leite: leite zero lactose ou bebida vegetal	Sopa de feijão, legumes e macarrão de letrinhas Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Torta salgada de carne moída Alérgicos a gluten: ver receituário
Lanche da tarde II	Laranja	Maçã	Banana	Laranja	Maçã
Semana 4 (26/05-30/05)	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira

Café da Manhã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Maçã
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 gluten/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	Bolo de fubá e chá Alérgicos a gluten/ovo/leite: seguir receituário	Pão com frango desfiado Chá Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Sopa de legumes, macarrão de letrinhas e coxa sobrecoxa Alérgicos a gluten/ovo: macarrão se ovo e glúten	Macarrão com carne moída e salada de alface Alérgicos a gluten/ovo: macarrão se ovo e glúten	Sopa de feijão, cenoura, músculo e macarrão cabelo de anjo Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Lanche da tarde II	Maçã	Banana	Laranja	Banana	Laranja

*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	905 kcal	148 g	35 g	19 g	259 mg, 5 mg, 583 mg, 36 mg