

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

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

MARÇO /2024

Almoço 11:30h

Lanche da Tarde 15:00h

<b>Segunda-feira</b>	Arroz + feijão + carne moída ao molho de tomate + polenta + salada	Fruta ou bolacha
<b>Terça-feira</b>	Arroz + feijão + frango ao molho + macarrão + salada ou legumes.	Pipoca salgada
<b>Quarta-feira</b>	Arroz + feijão + carne de gado ao molho de tomate + mandioca + salada	Fruta ou bolacha
<b>Quinta-feira</b>	Arroz + feijão + carne suína + legumes e salada	Pipoca salgada
<b>Sexta-feira</b>	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
	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 rural, PERÍODO integral**

**TRIMESTRAL FEVEREIRO A ABRIL /2024**

	<u>Café da Manhã 7:30h</u>	<u>Lanche da Manhã 9:30h</u>	<u>Almoco 11:30h</u>	<u>Lanche da Tarde 14:30h</u>
<b>Segunda-feira</b>	Pão + Margarina, Café com leite.	Macarrão com frango e legumes	Arroz + feijão + carne moída ao molho de tomate + polenta + salada	Fruta ou bolacha
<b>Terça-feira</b>	Pão, doce de fruta, Chá.	Polenta com carne moída	Arroz + feijão + frango ao molho + macarrão + salada ou legumes.	Pipoca salgada
<b>Quarta-feira</b>	Bolacha, leite.	Quirera com carne (frango ou porco)	Arroz + feijão + carne de gado ao molho de tomate + mandioca + salada	Fruta ou bolacha
<b>Quinta-feira</b>	Bolo, Chá.	Risoto de frango e legumes	Arroz + feijão + carne suína + legumes e salada	Pipoca salgada
<b>Sexta-feira</b>	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 – 6 meses a 1 ano, ZONA urbana, PERÍODO integral**

**1º. SEMESTRE/2024**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
<b>ALMOÇO</b>	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
<b>LANCHE DA TARDE</b>	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)
<b>JANTAR</b>	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
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		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**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 8:00H</b>	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)
<b>ALMOÇO 11:00H</b>	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
<b>LANCHE DA TARDE 13:30H</b>	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
<b>JANTAR 15:30H</b>	Chá com pão	Sopa de legumes arroz e frango	Leite com bolacha	*Sopa de feijão legumes e carne	Chá com pão
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		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.



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

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

**MARÇO /2024**

<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
4	5	6	7	8
Risoto de frango com salada	Arroz, batata, carne moída, legumes	Sopa de legumes frango e arroz (canja)	Polenta com carne em molho e salada	Macarrão com carne moída e legumes
11	12	13	14	15
Polenta com frango em molho	Macarrão com carne moída e legumes	Quirera (canjiquinha) com porco, salada e fruta	Arroz, feijão, carne bovina ao molho vermelho e salada	Risoto de frango com legumes
18	19	20	21	22
Polenta com carne moída e legumes	Sopa de feijão macarrão e legumes	Canjica	Farofa de ovos, suco de fruta	Pão com queijo, chá e fruta
25	26	27	28	29
Risoto de frango com salada	Polenta com carne em molho e salada	Virado de feijão e chá	Torta salgada e chá	logurte, bolacha e fruta

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

**Daniel M. Enokida – CRN8 4184**