

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

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

OUTUBRO /2024

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
7	8	9	10	11
Arroz, feijão com frango em molho	Macarrão com carne moída e legumes	Quirera (canjiquinha) com porco, salada e fruta	Arroz, feijão, ovos cozido e salada	Cuca e geleia , chá e fruta
14	15	16	17	18
Polenta com carne moída e legumes	Sopa de feijão macarrão e legumes	Macarrão com frango e salada	Farofa de ovos, suco de fruta	Risoto de frango com legumes
21	22	23	24	25
Risoto de frango com salada	Polenta com carne em molho e salada	Sopa de legumes frango e macarrão	Vaca atolada e salada	Pão com queijo, chá e fruta
28	29	30	31	1
Polenta com frango em molho	Sopa de legumes frango e arroz (canja)	Quirera (canjiquinha) com porco, salada e fruta	Farofa de ovos e legumes com chá	Sagu , bolacha e 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

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

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

OUTUBRO /2024

Almoço 11:30h

Lanche da Tarde 15:00h

Segunda-feira	Arroz + feijão + carne moída ao molho de tomate + polenta + salada		Fruta ou bolacha	
Terça-feira	Arroz + feijão + frango ao molho + macarrão + salada ou legumes.		Pipoca salgada	
Quarta-feira	Arroz + feijão + carne de gado ao molho de tomate + mandioca + salada		Fruta ou bolacha	
Quinta-feira	Arroz + feijão + carne suína + legumes e salada		Pipoca salgada	
Sexta-feira	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.