Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 05/02/24	TERÇA-FEIRA 06/02/24	QUARTA-FEIRA 07/02/24	QUINTA-FEIRA 08/02/24	SEXTA-FEIRA 09/02/24
Café da manhã	**REUNIÃO PEDAGÓGICA**	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) + Fruta
Almoço		Macarrão ao molho de Carne moída Banana	Arroz Feijão Sassami ao molho de tomate	Arroz Feijão Linguiça toscana	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada Salada colorida
Lanche da Tarde		Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Mingau de aveia com banana amassada ***(sem adição de açúcar)*** (2 a 3 anos)	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Chá de erva doce ***(sem adição de açúcar)*** (2 a 3 anos) Biscoito cream cracker	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) Pão de leite com manteiga
Jantar		Polenta ao molho de sassami	Canjiquinha com linguiça toscana	Arroz Ovos mexidos Abobrinha refogada	Macarrão ao molho de carne moída

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	884	126	25,9	13	143	11	376	2,3

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 12/02/24	TERÇA-FEIRA 13/02/24	QUARTA-FEIRA 14/02/24	QUINTA-FEIRA 15/02/24	SEXTA-FEIRA 16/02/24
Café da manhã	RECESSO			Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta
Almoço				Arroz Feijão Sassami refogado com açafrão	Arroz Feijão Pernil refogado
Lanche da Tarde				Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) Pão de leite com manteiga
Jantar				Macarrão pafaruso ao molho de carne moída Banana	Sopa de legumes com musculo e macarrão **ALETRIA**

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	812	120	23	12	137	10	378	2,1

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 19/02/24	TERÇA-FEIRA 20/02/24	QUARTA-FEIRA 21/02/24	QUINTA-FEIRA 22/02/24	SEXTA-FEIRA 23/02/24
Café da manhã	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) + Biscoito maisena	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta
Almoço	Arroz Feijão Sassami em cubos refogado Salada de Repolho	Arroz Feijão Pernil refogado Salada de alface Banana	Arroz Feijão Coxinha da asa assada Salada de Couve flor	Arroz Feijão Carne em cubos refogado Salada de repolho e cenoura ralada Mamão	Arroz Feijão Linguiça toscana assada Farofa de couve
Lanche da Tarde	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau ***(sem adição de açúcar)*** Biscoito maisena (2 a 3) anos	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Chá de erva doce ***(sem adição de açúcar)*** *Biscoito cream cracker* (2 a 3) anos	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Mingau de aveia com banana e canela salpicada ***(sem adição de açúcar)*** (2 a 3) anos	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Creme de abacate***(sem adição de açúcar)*** Biscoito de polvilho (2 a 3) anos	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau ***(sem adição de açúcar)*** Biscoito maisena (2 a 3) anos
Jantar	Canjiquinha ao molho de tomate e carne em cubos	Macarrão pafaruso ao molho de carne moída Banana	Sopa de legumes com musculo e macarrão **ALETRIA**	Polenta ao molho de tomate e coxinha da asa Salada de alface	Salada de macarrão (cenoura ralada, abobrinha ralada, sassami desfiado e creme de leite)

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	874	131	22,6	14	134	15	381	2,5

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 26/02/24	TERÇA-FEIRA 27/02/24	QUARTA-FEIRA 28/02/24	QUINTA-FEIRA 29/02/24	SEXTA-FEIRA 01/03/24
Café da manhã	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau ***sem adição de açúcar)*** (2 a 3 anos) Biscoito de maisena	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau ***sem adição de açúcar)*** (2 a 3 anos) + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau ***sem adição de açúcar)*** (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau ***sem adição de açúcar)*** (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau ***sem adição de açúcar)*** (2 a 3 anos) Biscoito maisena + Fruta
Almoço	Arroz Feijão Pernil refogado Salada de Repolho	Arroz Strogonoff de frango Batata Palha Salada de alface Banana	Arroz Carne em cubos com mandioca Salada de couve	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de brócolis Maçã	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada Salada colorida Melancia
Lanche da Tarde	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau ***sem adição de açúcar)*** Biscoito maisena (2 a 3) anos	Leite (Formula infantil de segmento + Fruta (até 2 anos) **Ou** Chá de camomila ***(sem adição de açúcar)*** Biscoito (2 a 3) anos polvilho	Leite (Formula infantil de segmento+ Fruta (até 2 anos) **Ou** Vitamina de banana com aveia ***(sem adição de açúcar)*** (2 a 3) anos	Leite (Formula infantil de segmento+ Fruta (até 2 anos) **Ou** Chá de erva doce gelado ***(sem adição de açúcar)*** Biscoito de polvilho (2 a 3) anos	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) Biscoito polvilho + Fruta
Jantar	Macarrão parafuso ao molho de sardinha	Polenta ao molho de carne moída	Arroz temperado com sassami, ervilha, lentilha e cenoura ralada Banana	Canja de galinha (coxinha da asa, cenoura, batata, arroz branco e cheiro verde) Maçã	Canjiquinha ao molho pernil desfiado

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	842	136	24	14	151	13	351	2,3

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)

PODERÁ PARA CRIANÇAS de 1 a 3 ANOS SE NECESSÁRIO UTILIZAR O CARDÁPIO PROPOSTO PARA CRIANÇA DE BERÇÁRIO 06-11 MESES)

É PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR, MEL E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS

- As FRUTAS do Desjejum também podem ser servidas como Colação (entre o Desjejum e o Almoço); As frutas que sobrarem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- Cardápio poderá sofrer alterações com relação: aos hortifrutis pelo grau de maturação; excepcionalidades que possam ocorrer na unidade escolar; intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como troca/ alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar, não sendo considerado alteração de cardápio por não ter alteração significativa na composição nutricional;

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº6, de 08 de maio de 2020 e nº20, de 02 de dezembro de 2020.

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)

A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado - amassado - picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno do BERÇÁRIO AO INFANTIL 2

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (4 - 5 anos)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 05/02/24	TERÇA-FEIRA 06/02/24	QUARTA-FEIRA 07/02/24	QUINTA-FEIRA 08/02/24	SEXTA-FEIRA 09/02/24
Café da manhã	REUNIÃO PEDAGÓGICA	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço		Macarrão ao molho de Carne moída	Arroz Feijão Sassami ao molho de tomate Salada de alface Banana	Arroz Feijão Linguiça toscana Salada de brócolis Goiaba	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada Salada repolho com tomate Pêra
Lanche da Tarde		Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito rosquinha	Vitamina de Banana com aveia ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito cream cracker	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Vitamina de mamão Biscoito maisena
Jantar		Polenta ao molho de sassami	Canjiquinha com linguiça toscana	Arroz Coxa e sobrecoxa refogada Abobrinha refogada	Macarrão ao molho de carne moída

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	842	136	24	14	151	13	351	2,3
				Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597 Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062				

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (4 - 5 anos)

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 12/02/24	TERÇA-FEIRA 13/02/24	QUARTA-FEIRA 14/02/24	QUINTA-FEIRA 15/02/24	SEXTA-FEIRA 16/02/24
Café da manhã	RECESSO			Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Bolacha cream cracker	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço				Arroz Feijão Sassami refogado com açafrão	Arroz Feijão Pernil refogado
Lanche da Tarde				Chá de Erva doce ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito maisena	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito cracker
Jantar				Macarrão pafaruso ao molho de carne moída Banana	Sopa de legumes com musculo e macarrão **ALETRIA**

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	812	120	23	12	137	10	378	2,1

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (4 - 5 anos)

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 19/02/24	TERÇA-FEIRA 20/02/24	QUARTA-FEIRA 21/02/24	QUINTA-FEIRA 22/02/24	SEXTA-FEIRA 23/02/24
Café da manhã	Chá de camomila ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço	Arroz Feijão Sassami em cubos refogado Salada de Repolho	Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de alface Banana	Arroz Feijão Coxinha da asa assada Salada de Couve flor	Arroz Feijão Carne em cubos refogado Salada de repolho e cenoura ralada Mamão	Arroz Feijão Pernil em cubos refogado Farofa de repolho
Lanche da Tarde	Chá de Erva doce ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito maisena	Arroz doce com canela ***(pouca adição de açúcar)***	Vitamina de abacate ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito cream cracker	Chá de camomila ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com mel	Iogurte de fruta Pipoca salgada
Jantar	Canjiquinha ao molho de tomate e carne em cubos	Macarrão parafuso ao molho de carne moída Banana	Sopa de legumes com musculo e macarrão **ALETRIA**	Polenta ao molho de tomate e coxinha da asa Salada de alface	Salada de macarrão (cenoura ralada, abobrinha ralada, sassami desfiado e creme de leite)

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	874	131	22,6	14	134	15	381	2,5

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (4 - 5 anos)

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 26/02/24	TERÇA-FEIRA 27/02/24	QUARTA-FEIRA 28/02/24	QUINTA-FEIRA 29/02/24	SEXTA-FEIRA 01/03/24
Café da manhã	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço	Arroz Feijão Pernil refogado Salada de Repolho	Arroz Strogonoff de frango Batata Palha Salada de alface Banana	Arroz Carne em cubos com mandioca Salada de couve	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de brócolis	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada Salada colorida
Lanche da Tarde	Leite de vaca com cacau ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito rosquinha	Chá de camomila ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito cream cracker	Vitamina de banana com aveia ***(pouca adição de açúcar)*** Pipoca salgada	Chá de camomila ***(pouca adição de açúcar)*** Bolo cenoura sem cobertura	Leite de vaca com cacau ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Jantar	Macarrão parafuso ao molho de sardinha	Polenta ao molho de carne moída	Arroz temperado com sassami, ervilha, lentilha e cenoura ralada Banana	Canja de galinha (coxinha da asa, cenoura, batata, arroz branco e cheiro verde)	Canjiquinha ao molho pernil desfiado

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	884	126	25,9	13	143	11	376	2,3

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 05/02/24	TERÇA-FEIRA 06/02/24	QUARTA-FEIRA 07/02/24	QUINTA-FEIRA 08/02/24	SEXTA-FEIRA 09/02/24
CAFÉ DA MANHÃ	REUNIÃO PEDAGÓGICA	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada
ALMOÇO		Sopa/ Papa de arroz, carne moída e legumes	Sopa/ Papa de arroz, sassami em cubinhos e legumes	Sopa/ Papa de arroz, coxa e sobrecoxa desfiada e legumes	Sopa/ Papa de arroz, carne moída e legumes
LANCHE DA TARDE		Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada
JANTAR		Macarrão ave maria ou letrinha com molho de sardinha	Canjiquinha com sassami e legumes	Sopa/ Papa de arroz, carne moída e legumes	Sopa/ Papa de arroz, sassami e legumes

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

OBS: Utilizar o macarrão ALETRIA, AVE MARIA OU LETRINHA PARA AS SOPAS.

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	367	66	13	6	348	37	187	4,1

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597

Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 12/02/24	TERÇA-FEIRA 13/02/24	QUARTA-FEIRA 14/02/24	QUINTA-FEIRA 15/02/24	SEXTA-FEIRA 16/02/24
CAFÉ DA MANHÃ	RECESSO			Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada
ALMOÇO				Sopa/ Papa de arroz, feijão, sassami picadinho e legumes	Sopa/ Papa de fubá, lentilha pernil desfiado e legumes
LANCHE DA TARDE				Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada
JANTAR				Macarrão ave maria ou letrinha com molho de sardinha	Sopa/ Papa arroz, sassami em cubinhos, lentilha e macarrão letrinha

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

OBS: Utilizar o macarrão ALETRIA, AVE MARIA OU LETRINHA PARA AS SOPAS.

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	359	63	13	6	348	37	187	4,1

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597

Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 19/02/24	TERÇA-FEIRA 20/02/24	QUARTA-FEIRA 21/02/24	QUINTA-FEIRA 22/02/24	SEXTA-FEIRA 23/02/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite (Formula infantil de segmento) Biscoito maisena	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada
ALMOÇO	Sopa/ Papa de arroz, ervilha sassami cubinhos e legumes	Sopa/ Papa de arroz, carne moída e legumes	Sopa/ Papa de arroz, feijão, coxinha da asa e legumes	Sopa/ Papa de macarrão, carne em cubinhos e legumes	Sopa/ Papa de arroz, pernil desfiado e legumes
LANCHE DA TARDE	Leite (Formula infantil de segmento) Biscoito maisena	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada
JANTAR	Canjiquinha com carne em cubinhos e legumes	Sopa/ Papa de macarrão com carne moída e legumes	Sopa/ Papa de legumes, musculo picadinho macarrão **aletria**	Polenta ao molho de tomate, coxinha da asa desfiada e legumes	Sopa/ Papa de fubá, sassami picadinho e legumes

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

OBS: Utilizar o macarrão ALETRIA, AVE MARIA OU LETRINHA PARA AS SOPAS.

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	385	65	13	6	348	37	187	4,1

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597

Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 26/02/24	TERÇA-FEIRA 27/02/24	QUARTA-FEIRA 28/02/24	QUINTA-FEIRA 29/02/24	SEXTA-FEIRA 01/03/24
CAFÉ DA MANHÃ	Leite (Formula infantil de segmento) Biscoito maisena	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta– amassada ou raspada
ALMOÇO	Sopa/ Papa de arroz, feijão, pernil em cubinho e legumes	Sopa/ Papa de arroz, feijão, sassami picadinho e legumes	Sopa/ Papa de lentilha, musculo em cubinhos e mandioca	Sopa/ Papa de mandioca, ovos e legumes	Sopa/ Papa de fubá, coxa e sobrecoxa desfiada e legumes
LANCHE DA TARDE	Leite (Formula infantil de segmento) Biscoito maisena	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta – amassada ou raspada	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta– amassada ou raspada
JANTAR	Macarrão ave maria ou letrinha com molho de sardinha	Sopa/ Papa de canjiquinha carne moída e legumes	Sopa/ Papa arroz, sassami em cubinhos, lentilha e macarrão letrinha	Canja de galinha (coxinha da asa desfiada cenoura, batata, arroz branco e cheiro verde)	Sopa/ Papa de arroz, carne moída, legumes e ovos mexidos

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

OBS: Utilizar o macarrão ALETRIA, AVE MARIA OU LETRINHA PARA AS SOPAS.

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	398	61	13	6	348	37	187	4,1

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597

Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)

OBSERVAÇÕES: É PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR, MEL E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA CRIANÇAS DE 7 A 11 MESES.

- As FRUTAS do Desjejum também podem ser servidas como Colação (entre o Desjejum e o Almoço); As frutas que sobrarem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- Cardápio poderá sofrer alterações com relação: aos hortifrutis pelo grau de maturação; excepcionalidades que possam ocorrer na unidade escolar; intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como troca/ alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar, não sendo considerado alteração de cardápio por não ter alteração significativa na composição nutricional;

Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº6, de 08 de maio de 2020 e nº20, de 02 de dezembro de 2020.

***** NÃO UTILIZAR AÇÚCAR,), MEL E ALIMENTOS PROCESSADOS PARA AS PREPARAÇÕES DO BERÇÁRIO *** A consistência das preparações devem ser PASTOSAS ou de acordo com a idade do aluno (alimentos amassados, picados ou raspados) ***** SAL (utilizar com muita moderação)**

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (EJA (19 a 60 anos)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 05/02/24	TERÇA-FEIRA 06/02/24	QUARTA-FEIRA 07/02/24	QUINTA-FEIRA 08/02/24	SEXTA-FEIRA 09/02/24
LANCHE	**REUNIÃO PEDAGÓGICA**	Leite batido com aveia ou cacau em pó Biscoito cream cracker	Arroz Feijão Sassami ao molho de tomate Salada de alface Banana	Arroz Feijão Linguiça toscana Salada de tomate Maçã	Macarrão ao molho de Carne moída Mamão

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídios (g)	Vitamina		Minerais	
		55% a 66% do vet.	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	501	51	12,5	12	30	6	42	1,1
				Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597 Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062				

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (EJA (19 a 60 anos)

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 09/10/23	TERÇA-FEIRA 10/10/23	QUARTA-FEIRA 11/10/23	QUINTA-FEIRA 12/10/23	SEXTA-FEIRA 13/10/23
LANCHE	RECESSO			Arroz Feijão Sassami refogado com açafrão	Arroz Feijão Pernil em cubos refogado

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet.	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
		54	13	12	30	6,8	58	1,5
				Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597 Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062				

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (EJA (19 a 60 anos)

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 19/02/24	TERÇA-FEIRA 20/02/24	QUARTA-FEIRA 21/02/24	QUINTA-FEIRA 22/02/24	SEXTA-FEIRA 23/02/24
LANCHE	Arroz Sassami em cubos refogada Salada de abobrinha Banana	Polenta ao molho de carne moída Salada de pepino	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada	Macarrão Espaguete ao molho de tomate e carne em tiras Salada de cenoura ralada	Arroz Feijão Pernil em cubos refogado Salada colorida Maçã

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	492	58	12	14	31	6,8	58	1,5

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (EJA (19 a 60 anos)

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 26/02/24	TERÇA-FEIRA 27/02/24	QUARTA-FEIRA 28/02/24	QUINTA-FEIRA 29/02/24	SEXTA-FEIRA 01/03/24
LANCHE	Arroz Feijão Omelete Salada de beterraba ralada	Arroz Strogonoff de frango Batata palha Salada de alface Banana	Macarrão ao molho de tomate Carne em cubos refogado	Galinhada Salada de pepino	Arroz Pernil em cubos refogada Salada de Repolho

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	479	58	12	14	31	6,8	58	1,5
				Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597 Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062				

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6-10 anos)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 05/02/24	TERÇA-FEIRA 06/02/24	QUARTA-FEIRA 07/02/24	QUINTA-FEIRA 08/02/24	SEXTA-FEIRA 09/02/24
LANCHE	**REUNIÃO PEDAGÓGICA**	Leite batido com aveia ou cacau em pó Biscoito cream cracker	Arroz Feijão Sassami ao molho de tomate Salada de alface Banana	Arroz Feijão Linguiça toscana Salada de tomate Maçã	Macarrão ao molho de Carne moída Mamão

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos**

Categoria	Idade	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
						A	C	Ca	Fe
			55% A66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
fundamental	6-10 anos	680	64	18	11	143	84	101	2

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6-10 anos)

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 12/02/24	TERÇA-FEIRA 13/02/24	QUARTA-FEIRA 14/02/24	QUINTA-FEIRA 15/02/24	SEXTA-FEIRA 16/02/24
LANCHE	RECESSO			Arroz Feijão Sassami refogado com açafrão	Arroz Feijão Pernil cubos refogado

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Categoria	Idade	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
						A	C	Ca	Fe
			55% A66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
fundamental	6-10 anos	675	65	18	12	143	81	100	2

Cibele ReccoVendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6-10 anos)

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 19/02/24	TERÇA-FEIRA 20/02/24	QUARTA-FEIRA 21/02/24	QUINTA-FEIRA 22/02/24	SEXTA-FEIRA 23/02/24
LANCHE	Arroz Sassami em cubos refogada Salada de abobrinha Banana	Polenta ao molho de carne moída Salada de pepino	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada	Macarrão Espaguete ao molho de tomate e carne em tiras Salada de cenoura ralada	Arroz Feijão Pernil em cubos refogado Salada colorida Maçã

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

• Categoria	Idade	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
						A	C	Ca	Fe
			55% A66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
fundamental	6-10 anos	631	61	18	12	143	82	105	2

Cibele ReccoVendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6-10 anos)

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 26/02/24	TERÇA-FEIRA 27/02/24	QUARTA-FEIRA 28/02/24	QUINTA-FEIRA 29/02/24	SEXTA-FEIRA 01/03/24
LANCHE	Arroz Feijão Carne em cubos Salada de beterraba ralada	Arroz Strogonoff de frango Batata palha Salada de alface Banana	Macarrão ao molho de tomate Carne em cubos refogado	Galinhada Salada de pepino	Arroz Pernil em cubos refogada Salada de Repolho

- **Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Categoria	Idade	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
						A	C	Ca	Fe
			55% A66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
fundamental	6-10 anos	642	66	18	12	143	81	100	2

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 -10 anos)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 05/02/24	TERÇA-FEIRA 06/02/24	QUARTA-FEIRA 07/02/24	QUINTA-FEIRA 08/02/24	SEXTA-FEIRA 09/02/24
Café da manhã		Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço	**REUNIÃO PEDAGÓGICA**	Macarrão ao molho de Carne moída	Arroz Feijão Sassami ao molho de tomate Salada de alface Banana	Arroz Feijão Linguiça toscana Salada de brócolis Maçã	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada Salada repolho com tomate Pêra
Lanche da Tarde		Polenta ao molho de sassami	Vitamina de aveia ***(pouca adição de açúcar*** Biscoito rosquinha	Galinhada (coxa e sobrecoxa)	Macarrão ao molho de tomate com sardinha

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	1129	157	36	14	60	9	160	2,8

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 -10 anos)

Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 12/02/24	TERÇA-FEIRA 13/02/24	QUARTA-FEIRA 14/02/24	QUINTA-FEIRA 15/02/24	SEXTA-FEIRA 16/02/24
Café da manhã	RECESSO			Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Bolacha cream cracker	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço				Arroz Feijão Sassami refogado com açafrão	Arroz Feijão Pernil refogado
Lanche da Tarde				Suco de maracujá Biscoito maisena	Vitamina de aveia ***(pouca adição de açúcar)*** Bolo de chocolate

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 -10 anos)

Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 19/02/24	TERÇA-FEIRA 20/02/24	QUARTA-FEIRA 21/02/24	QUINTA-FEIRA 22/02/24	SEXTA-FEIRA 23/02/24
Café da manhã	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço	Arroz Feijão Sassami em cubos refogado Salada de Repolho	Arroz Feijão Carne moída com cenoura Salada de alface Banana	Arroz Feijão Coxinha da asa assada Salada de Couve flor	Arroz Feijão Carne em cubos refogado Salada de repolho e cenoura ralada Mamão	Arroz Feijão Pernil em cubos refogado Farofa de repolho
Lanche da Tarde	Macarrão ao molho de tomate	Arroz temperado com sassami, lentilha e cheiro verde	Iogurte de fruta ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito cream cracker	Chá mate ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Chá mate com limão Torta de frango

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	1130	169	30	13,2	57	8,4	152	2,8

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 -10 anos)

Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 26/02/24	TERÇA-FEIRA 27/02/24	QUARTA-FEIRA 28/02/24	QUINTA-FEIRA 29/02/24	SEXTA-FEIRA 01/03/24
Café da manhã	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão mini francês com manteiga
Almoço	Arroz Feijão Pernil refogado Salada de Repolho	Arroz Strogonoff de frango Batata Palha Salada de alface Banana	Arroz Carne em cubos com mandioca Salada de couve	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de brócolis	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa refogada Salada colorida
Lanche da Tarde	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Bolacha rosquinha	Vitamina de banana com aveia ***(pouca adição de açúcar)*** Biscoito cream cracker	Salada de macarrão (sassami em cubos, tomate picado, cenoura ralada, cheiro verde)	Leite de vaca com cacau em pó 100% ***(pouca adição de açúcar)*** Pão caseiro com mel	Chá mate gelado ***(pouca adição de açúcar)*** Bolo de cenoura

**** Cardápio sujeito às alterações conforme logística e sazonalidade dos produtos.**

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
					A	C	Ca	Fe
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	1131	172	35	15	60	10	156	2,9

Cibele Recco Vendrametto de Araújo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062

Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6 -10 anos)