



Secretaria Municipal de Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)



4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/07/23	25/07/23	26/07/23	27/07/23	28/07/23
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) + 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	Arroz Feij�o Sassami em cubos refogado com ervilha seca Salada de repolho	Arroz Feij�o Linguiça toscana assada Salada de alface Banana	Arroz Strogonoff de frango Batata palha Salada de pepino	Arroz Feij�o preto com linguiça calabresa Farofa de couve Salada de alface Maçã	Arroz Feij�o Coxa e sobrecoxa com batata Salada de chuchu
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 Vitamina de Banana com aveia (sem adi�o de a�ugar)	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta Arroz doce com canela salpicada (sem adi�o de a�ugar)	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 Ch� de erva doce (sem adi�o de a�ugar) Biscoito de polvilho
Jantar	Macarrão parafuso com sardinha Salada de Repolho com cenoura ralada	Sopa de feijão com legumes com carne em cubos e macarrão Letrinha Banana	Arroz temperado com lentilha, sassami desfiado e tomate picado	Canja de galinha (coxinha da asa)	Canjiquinha com linguiça calabresa em cubinhos, legumes e cheiro verde Ponc�

**** Cardápio sujeito  s altera es conforme log stica e sazonalidade dos produtos.**

Composi�o nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (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)
	812	120	23	12	137	10	378	2,1

Cibele Recco Vendrametto de Ara jo - RT CRN-1597
Viviane H. Arakawa Futata - QT CRN-1062



Secretaria Municipal de Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)



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

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

- As FRUTAS do Desjejum t também ser servidas como Colaa o (entre o Desjejum e o Almoço); As frutas que sobrarem também podem ser servidas como sobremesa na Refei o Principal (Almoço/Jantar);
- Cardápio poderá sofrer altera es com rela o: aos hortifrutis pelo grau de matura o; 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/ altera o de cardápio;
- As substitui es são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar, não sendo considerado altera o de cardápio por não ter altera o significativa na composi o nutricional;



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimenta o Escolar / FNDE (Resolu o CD/FNDE n6, de 08 de maio de 2020 e n20, de 02 de dezembro de 2020).



Secretaria Municipal de Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (1 - 3 anos)



A evolu o na consistência da alimenta o deve ser gradativa entre o raspado - amassado - picado e peda os inteiros individualmente de acordo com a evolu o de cada aluno do BER ARIO AO INFANTIL 2





Secretaria Municipal de Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (4 - 5 anos)



4 ^a SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 24/07/23	TERÇA-FEIRA 25/07/23	QUARTA-FEIRA 26/07/23	QUINTA-FEIRA 27/07/23	SEXTA-FEIRA 28/07/23
Café da manhã	Leite de vaca com cacau em p� 100% <i>(pouca adio de açucar)</i> Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em p� 100% <i>(pouca adio de açucar)</i> Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em p� 100% <i>(pouca adio de açucar)</i> Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em p� 100% <i>(pouca adio de açucar)</i> Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em p� 100% <i>(pouca adio de açucar)</i> Pão mini francês com manteiga
Almoço	Arroz Feijo Sassami em cubos refogado com ervilha seca Salada de repolho	Arroz Feijo Linguiça toscana assada Salada de alface Banana	Arroz Strogonoff de frango Batata palha Salada de pepino	Arroz Feijo preto com linguiça calabresa Farofa de couve Salada de alface Maçã	Arroz Feijo Coxa e sobrecoxa com batata Salada de chuchu
Lanche da Tarde	Leite de vaca com chocolate 50% cacau Biscoito doce	Ch de camomila <i>(pouca adio de açucar)</i> Pipoca salgada	Canjica com amendoim salpicada <i>(pouca adio de açucar)</i>	Ch de erva doce <i>(pouca adio de açucar)</i> Bolo simples	Leite de vaca com cacau em p� 50% Pão mini francês com mel
Jantar	Macarrão parafuso com sardinha Salada de Repolho com cenoura ralada	Sopa de feijão com legumes com carne em cubos e macarrão Letrinha Banana	Arroz temperado com com lentilha, sassami e tomate	Canja de galinha (coxinha da asa)	Canjiquinha com linguiça calabresa em cubinhos, legumes e cheiro verde Ponc

** Cardápio sujeito às alteraoes conforme logistica e sazonalidade dos produtos.

Composio nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipidios (g)	Vitamina		Minerais	
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	A	C	Ca	Fe
					(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 Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)



4 ^a SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 24/07/23	TERÇA-FEIRA 25/07/23	QUARTA-FEIRA 26/07/23	QUINTA-FEIRA 27/07/23	SEXTA-FEIRA 28/07/23
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, sassami em tirinhas e legumes	Sopa/ Papa de arroz, carne bovina em tirinhas e seleta de legumes Banana	Sopa/ Papa de arroz, sassami em tirinhas e legumes e couve picadinha Maçã raspada	Arroz Sopa/ Papa de arroz, carne em cubinhos e legumes Ponc picada	Sopa/ Papa de fubá, coxa e sobrecoxa desfiada e seleta de 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	Sopa/ Papa de macarrão aletria, sardinha e legumes	Sopa/ Papa de legumes com carne bovina em cubinhos e macarrão Letrinha	Sopa/ Papa de fubá, sassami desfiado e legumes	Canja de galinha	Sopa/ Papa de arroz, legumes, ervilha e carne em cubinhos

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

Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipídios (g)	Vitamina		Minerais	
		55% a 66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	A	C	Ca	Fe
					(mcg)	(mg)	(mg)	(mg)
	365	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 Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)



OBSERVA ES: É PROIBIDO UTILIZAR A UCAR, MEL E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA CRIAN AS DE 7 A 11 MESES.

- As FRUTAS do Desjejum t também podem ser servidas como Colaa o (entre o Desjejum e o Almoa o); As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refei o Principal (Almoa o/Jantar);
- Cardápio poderá sofrer altera es com rela o: aos hortifrutis pelo grau de matura o; 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/ altera o de cardápio;
- As substitui es são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar, não sendo considerado altera o de cardápio por não ter altera o significativa na composi o nutricional;



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimenta o Escolar / FNDE (Resolu o CD/FNDE n6, de 08 de maio de 2020 e n20, de 02 de dezembro de 2020.

***** NÃO UTILIZAR A UCAR, MEL E ALIMENTOS PROCESSADOS PARA AS PREPARA ES DO BER ARIO *** A consistência das prepara es devem ser PASTOSAS ou de acordo com a idade do aluno (alimentos amassados, picados ou raspados) ***** SAL (utilizar com muita modera o)**





Secretaria Municipal de Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (EJA (19 a 60 anos))



1 ^a SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 24/07/23	TERÇA-FEIRA 25/07/23	QUARTA-FEIRA 26/07/23	QUINTA-FEIRA 27/07/23	SEXTA-FEIRA 28/07/23
LANCHE	Polenta cremosa ao molho de Coxinha da asa	Arroz Feijo Linguiça toscana assada Salada de alface Banana	Canjiquinha com frango desfiado, ervilha, tomate e cheiro verde	Arroz Feijo preto com linguiça calabresa Farofa de couve Maçã	Arroz Feijo Coxa e sobrecoxa Salada de chuchu

- Cardápio sujeito às alteraes 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)
		399	51	12,5	12	30	6	42

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



Secretaria Municipal de Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL (6- 10 anos)



1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/07/23	25/07/23	26/07/23	27/07/23	28/07/23
Café da manhã	Leite de vaca com cacau em pó 100% (pouca adi�o de a�u�ar) Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% (pouca adi�o de a�u�ar) Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% (pouca adi�o de a�u�ar) Pão mini francês com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% (pouca adi�o de a�u�ar) Pão caseiro com manteiga	Leite de vaca com cacau em pó 100% (pouca adi�o de a�u�ar) Pão mini francês com manteiga
Almoço	Arroz Feijo Sassami em cubos refogado com ervilha seca Salada de repolho	Arroz Feijo Linguiça toscana assada Salada de alface Banana	Arroz Strogonoff de frango Batata palha Salada de pepino	Arroz Feijo preto com linguiça calabresa Farofa de couve Salada de alface Ma�a	Arroz Feijo Coxa e sobrecoxa com batata Salada de chuchu
Lanche da Tarde	Canjiquinha com linguiça calabresa, ervilha, cenoura ralada Ma�a	logurte de fruta Biscoito rosquinha	Macarrão ao molho de sardinha	Leite de vaca com cacau em pó 100% (pouca adi�o de a�u�ar) Pão caseiro com manteiga	Chá mate Pão mini francês com mel

** Cardápio sujeito às altera es conforme logística e sazonalidade dos produtos.

Composi�o nutricional (média semanal)	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (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)
	1125	179	35	14	60	9	160	2,8

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



Secretaria Municipal de Educa o de Arapongas

Programa Nacional de Alimenta o Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6-10 anos)



1 ^a SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 24/07/23	TERÇA-FEIRA 25/07/23	QUARTA-FEIRA 26/07/23	QUINTA-FEIRA 27/07/23	SEXTA-FEIRA 28/07/23
LANCHE	Polenta cremosa ao molho de Coxinha da asa	Arroz Feijo Linguiça toscana assada Salada de alface Banana	Canjiquinha com frango desfiado, ervilha, tomate e cheiro verde	Arroz Feijo preto com linguiça calabresa Farofa de couve Maça	Arroz Feijo Coxa e sobrecoxa Salada de chuchu

- Cardápio sujeito às alteraes conforme logística e sazonalidade dos produtos

Categoria	Idade	Energia (kCAL)	Carboidrato (g)	Proteina (g)	Lipídios (g)	Vitamina		Minerais	
						A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
fundamental	6-10 anos	565	55% A66% do vet	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	143	84	101	2

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