Secretaria Municipal de Educação de Arapongas

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL (7 meses - 1 ano)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 08/01/24	TERÇA-FEIRA 09/01/24	QUARTA-FEIRA 10/01/24	QUINTA-FEIRA 11/01/24	SEXTA-FEIRA 12/01/24
CAFÉ DA MANHÃ	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	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada
ALMOÇO	Sopa/ Papa de arroz, sassami e legumes	Sopa/ Papa de arroz, carne em cubinhos e legumes	Sopa/ Papa de arroz, coxinha da asa e legumes	Sopa/ Papa de arroz, ovos e legumes	Sopa/ Papa arroz, feijão e frango desfiado
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	Polenta com sassami e abobrinha	Sopa de legumes com macarrão ave maria com carne moída	Papa de arroz temperado com cenoura, ovos e cheiro verde	Canjiquinha com legumes e sassami	Sopa/ Papa de macarrão legumes e 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)
	397	64	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 15/01/24	TERÇA-FEIRA 16/01/24	QUARTA-FEIRA 17/01/24	QUINTA-FEIRA 18/01/24	SEXTA-FEIRA 19/01/24
Café da manhã	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	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada
Almoço	Sopa/ Papa de arroz, sassami e legumes	Sopa/ Papa de arroz, carne em cubinhos e legumes	Sopa/ Papa macarrão com legumes e carne moída	Sopa/ Papa de arroz, ovos mexidos e legumes	Sopa/ Papa de arroz, frango 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	Polenta cremosa com sassami ao molho de tomate	Sopa de legumes com macarrão com carne moída e macarrão ave maria	Papa de Arroz temperado com cenoura, ovos e cheiro verde	Canjiquinha com legumes, Pernil em cubinhos e cheiro verde	Papa de arroz temperado com cenoura, ovos e cheiro verde Papa de macarrão parafuso ao molho de tomate com sardinha e legumes

**** 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)
	392	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)

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 22/01/24	TERÇA-FEIRA 23/01/24	QUARTA-FEIRA 24/01/24	QUINTA-FEIRA 25/01/24	SEXTA-FEIRA 26/01/24
Café da manhã	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	Leite (Formula infantil de segmento) Fruta - amassada ou raspada
Almoço	Sopa/ Papa de arroz, sassami e legumes	Sopa/ Papa de arroz, frango e legumes	Sopa/ Papa macarrão com legumes	Sopa/ Papa de arroz, ovos e legumes	Sopa/ Papa de arroz, frango 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	Polenta com coxa e sobrecoxa desfiada	Macarrão ave maria ou letrinha com frango e legumes	Sopa/ Papa de arroz, ovos e legumes	Canjiquinha com legumes e sassami	Papa de macarrão parafuso ao molho de tomate com sardinha e legumes

**** 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)
	401	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)

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 INFANTIL (1 - 3 anos)

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 08/01/24	TERÇA-FEIRA 09/01/24	QUARTA-FEIRA 10/01/24	QUINTA-FEIRA 11/01/24	SEXTA-FEIRA 12/01/24
Café da manhã	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) 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	Arroz Sassami refogado ao molho branco Batata palha Salada de repolho	Arroz Feijão Carne em cubos Salada de alface Banana	Arroz Feijão Coxinha da asa refogada com açafrão Salada de beterraba	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de pepino	Polenta cremosa Coxa e sobrecoxa ao molho de tomate
Lanche da Tarde	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Chá de camomila (2 a 3 anos) Pão caseiro	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) Pão caseiro	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) **Ou** Leite com cacau ***(sem adição de açúcar)*** Biscoito rosquinha (2 a 3) anos
Jantar	Macarrão ao molho de carne moída	Canjiquinha com legumes e cheiro verde	Polenta ao molho de coxa e sobrecoxa	Macarrão ao molho de tomate com sardinha	Arroz temperado com ovos mexidos, cenoura e cheiro verde

**** 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)
	901	123	25	13	143	12	404	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 15/01/24	TERÇA-FEIRA 16/01/24	QUARTA-FEIRA 17/01/24	QUINTA-FEIRA 18/01/24	SEXTA-FEIRA 19/01/24
Café da manhã	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	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) + Fruta
Almoço	Arroz Refogado Sassami refogado Salada de repolho	Arroz Feijão Carne em cubos refogado Salada de alface Banana	Arroz Feijão Linguiça toscana assada Salada de couve	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de pepino	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa assada Salada colorida
Lanche da Tarde	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) Pão caseiro	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** Leite com cacau (2 a 3 anos) Pão caseiro	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** *Vitamina de banana com aveia* ***(sem adição de açúcar)*** (2 a 3) anos Biscoito rosquinha	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau ***(sem adição de açúcar)*** Biscoito maisena (2 a 3) anos
Jantar	Polenta cremosa com sassami ao molho de tomate	Sopa de legumes com macarrão com carne moída e macarrão ave maria	Arroz temperado com cenoura, ovos e cheiro verde	Canjiquinha com legumes, Pernil em cubinhos e cheiro verde	Macarrão parafuso ao molho de tomate e 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)
	791	120	24	13	143	12	404	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)

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA 22/01/24	TERÇA-FEIRA 23/01/24	QUARTA-FEIRA 24/01/24	QUINTA-FEIRA 25/01/24	SEXTA-FEIRA 26/01/24
Café da manhã	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	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) Ou Leite com cacau (2 a 3 anos) + Fruta
Almoço	Arroz com açafrão Sassami ao molho de tomate Salada de repolho	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa assada Salada de alface Banana	Arroz Feijão Pernil refogado Farofa de couve	Arroz com açafrão Feijão Carne em cubos Salada colorida	Arroz Feijão Linguiça refogada Salada de ovos cozidos Salada de pepino
Lanche da Tarde	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** Leite com cacau (2 a 3 anos) Pão caseiro	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** Leite com cacau (2 a 3 anos) Pão caseiro	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) + Fruta **Ou** **Leite com cacau** ***(sem adição de açúcar)*** (2 a 3) anos Biscoito cracker	Leite (Formula infantil de segmento (até 2 anos) **Ou** Leite com cacau ***(sem adição de açúcar)*** Biscoito maisena (2 a 3) anos
Jantar	Polenta cremosa com Coxa e sobrecoxa ao molho de tomate	Sopa de legumes com carne em cubos e macarrão ave maria	Arroz temperado com cenoura, ovos e cheiro verde	Canjiquinha com legumes, sassami e cheiro verde	Macarrão parafuso ao molho de tomate e 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)
	925	122	24	13	143	12	404	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