



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL

Jaqueline Eliége Pretto
Nutricionista CRN 7435
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21750

Rubia Stephanie F. da Silva
Gestora de Serviços
Nutricionista
CRN 7091/P

**CARDÁPIO INFANTIL II (PERÍODO INTEGRAL) - DE 11 MESES A 2 ANOS E 8 MESES
MAIO/2022**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/05/22	03/05/22	04/05/22	05/05/22	06/05/22
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão de leite Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão nutritivo (espinafre com beterraba) Banana picada	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Caqui picado	Leite integral sem açúcar Pão de milho Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Melão picado
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Copa lombo ao molho picado Batata inglesa refogada Vagem refogada	Arroz Feijão carioca Carne de frango desfiada refogada Creme de milho Beterraba cozida	Arroz Feijão preto Carne de panela picada Quibebe de abóbora Abobrinha cozida	Arroz Feijão carioca Ovo cozido Macarrão ao alho e óleo Couve-manteiga refogada picada	Arroz Feijão preto Carne bovina moída ao sugo Polenta Salada de tomate
Lanche da tarde 14h30	Leite integral sem açúcar Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Melão picado	Leite integral sem açúcar Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão bisnaguinha tradicional Banana picada	Leite integral sem açúcar Abacate picado
Jantar 16h	Sopa de feijão com macarrão, frango e cenoura	Sopa de arroz, abóbora, chuchu, repolho e carne	Quirera com molho de frango com legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa canja (arroz, batata inglesa, cenoura, carne de frango em iscas, tomate e temperos	Sopa de macarrão, batata, cenoura, chuchu e frango
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/05/22	10/05/22	11/05/22	12/05/22	13/05/22
Desjejum 08h		Leite integral sem açúcar Pão de milho Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Poncan	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Melão picado	Leite integral sem açúcar Pão nutritivo (espinafre com beterraba) Mamão picado
Almoço 11h30	CONSELHO CMEI	Arroz Feijão carioca Carne de panela picada Quibebe de abóbora Beterraba cozida	Arroz Feijão preto Carne de frango em cubos ao sugo Purê de batata Cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Carne bovina moída ao sugo Batata doce refogada Salada de alface	Arroz Feijão preto Carne bovina em iscas acebolada Couve-manteiga refogada Salada de tomate
Lanche da tarde 14h30		Leite integral sem açúcar Pão de leite Banana picada	Leite integral sem açúcar Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Banana picada	Leite integral sem açúcar Maçã picada
Jantar 16h		Sopa Cabocla (carne bovina, cenoura, couve-manteiga, ervilha, fubá, tomate e temperos)	Sopa de lentilha com carne bovina, batata inglesa e espinafre	Sopa de arroz, abóbora, chuchu, repolho e carne	Sopa de feijão com macarrão frango e cenoura

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/05/22	17/05/22	18/05/22	19/05/22	20/05/22
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão bisnaguinha tradicional Caqui picado	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Banana picada	Leite integral sem açúcar Pão de leite Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Abacate picado	Leite integral sem açúcar Pão de milho Melão picado
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Ovo cozido Macarrão ao alho e óleo Vagem refogada	Arroz Feijão carioca Carne de frango desfiada refogada Purê de cenoura Chuchu cozido	Arroz Feijão preto Carne de panela picada Quibebe de abóbora Brócolis cozido	Arroz Feijão carioca Almôndegas ao sugo Purê de batata Cenoura cozida	Arroz Feijão preto Molho de carne picada com legumes (abobrinha, cenoura e tomate) Batata doce refogada Salada de repolho verde cru ralado
Lanche da tarde 14h30	Leite integral sem açúcar Pera picada	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Melão picado	Leite integral sem açúcar Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de batata Salada de frutas sem açúcar (abacaxi, banana, maçã, mamão e suco de laranja pera).	Leite integral sem açúcar Banana picada
Jantar 16h	Sopa Cabocla (carne bovina, cenoura, couve-manteiga, ervilha, fubá, tomate e temperos)	Sopa de macarrão, carne bovina batata inglesa e beterraba	Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa de arroz, carne bovina abóbora e tomate	Sopa de feijão com macarrão e carne bovina
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/05/22	24/05/22	25/05/22	26/05/22	27/05/22
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão de leite Poncan	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Caqui picado	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Abacate picado	Leite integral sem açúcar Pão de milho Melão picado	Leite integral sem açúcar Mamão picado
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Carne suína em iscas refogada Batata inglesa refogada Cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Carne de panela picada Creme de milho Brócolis cozido	Arroz Feijão preto Carne de frango em cubos ao sugo Abóbora refogada Chuchu cozido	Arroz Feijão carioca Carne bovina em iscas acebolada Batata salsa refogada Legumes refogados (abobrinha berinjela, cenoura e couve-flor)	Arroz Feijão preto Carne bovina moída ao sugo Polenta Salada de tomate
Lanche da tarde 14h30	Leite integral sem açúcar Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de batata Melão picado	Leite integral sem açúcar Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Banana picada	Leite integral sem açúcar Bolo de chocolate sem cobertura Maçã
Jantar 16h	Sopa de arroz, abóbora chuchu, repolho e carne	Sopa minestra (batata inglesa, carne bovina, couve-manteiga, feijão preto, macarrão e temperos)	Sopa de macarrão, carne bovina batata inglesa e beterraba	Sopa de lentilha com carne bovina, batata inglesa e espinafre	Sopa de arroz, abobrinha, cenoura, chuchu e tomate

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA			
	30/05/22	31/05/22			
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de milho Banana picada			
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Ovo cozido Macarrão ao alho e óleo Beterraba cozida	Arroz Feijão carioca Isclas de frango ao sugo Purê de cenoura Salada de alface			
Lanche da tarde 14h30	Leite integral sem açúcar Melão Picado	Leite integral sem açúcar Pão bisnaguinha tradicional Mamão picado			
Jantar 16h	Sopa camponesa (abobrinha, arroz, batata inglesa, cenoura, frango, tomate e temperos)	Risoto de carne com brócolis			

Os cardápios são definidos por meio de preceitos básicos da nutrição, das normatizações e objetivos estabelecidos pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).

Este cardápio está disponibilizado no site:

<http://www.sjp.pr.gov.br/secretarias/secretaria-educacao/alimentacao-escolar/>

Os cardápios poderão, eventualmente, sofrer alteração desde que autorizada previamente por nutricionista da Secretaria Municipal de Educação.

ORIENTAÇÕES

A fórmula infantil de segmento para lactentes (de 06 a 11 meses e 29 dias) será substituída pelo leite integral puro a partir de 1 ano de idade;

As crianças não usarão mais mamadeira, passarão a utilizar o copo de treinamento a partir do 2º semestre;

É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.

Alterar gradativamente a consistência dos alimentos, de pedaços pequenos para textura normal;

Introdução de legumes e verduras cruas.

Atenção com a hidratação: a água deverá ser oferecida nos intervalos das refeições.



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Jaqueline Eliégo Pretto
Nutricionista CRN 7435
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21750

Rubia Stephanie F. da Silva
Nutricionista
CRN 7591P

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

CARDÁPIO INFANTIL II (PERÍODO INTEGRAL) - DE 11 MESES A 2 ANOS E 8 MESES - MAIO/2022

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
02/05/22		03/05/22		04/05/22		05/05/22		06/05/22		SEMANA 1	
Energia (kcal):	652,73	Energia (kcal):	885,17	Energia (kcal):	811,96	Energia (kcal):	794,30	Energia (kcal):	829,78	Energia (kcal):	794,79
Carboidrato (g):	73,30	Carboidrato (g):	113,05	Carboidrato (g):	92,03	Carboidrato (g):	118,54	Carboidrato (g):	91,87	Carboidrato (g):	97,76
Lipídios (g):	23,00	Lipídios (g):	28,12	Lipídios (g):	26,90	Lipídios (g):	20,98	Lipídios (g):	33,50	Lipídios (g):	26,50
Proteína (g):	38,12	Proteína (g):	44,96	Proteína (g):	50,44	Proteína (g):	32,84	Proteína (g):	40,20	Proteína (g):	41,31
Vitamina A (mcg):	195,14	Vitamina A (mcg):	223,67	Vitamina A (mcg):	199,17	Vitamina A (mcg):	391,92	Vitamina A (mcg):	197,06	Vitamina A (mcg):	241,39
Vitamina C (mg):	0,34	Vitamina C (mg):	0,20	Vitamina C (mg):	0,32	Vitamina C (mg):	27,93	Vitamina C (mg):	12,34	Vitamina C (mg):	8,23
Cálcio (mg):	538,77	Cálcio (mg):	732,12	Cálcio (mg):	535,98	Cálcio (mg):	611,26	Cálcio (mg):	532,74	Cálcio (mg):	590,17
Ferro (mg):	2,77	Ferro (mg):	4,28	Ferro (mg):	3,25	Ferro (mg):	3,19	Ferro (mg):	3,31	Ferro (mg):	3,36
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
09/05/22		10/05/22		11/05/22		12/05/22		13/05/22		SEMANA 2	
CONSELHO DE CLASSE	Energia (kcal):		779,63	Energia (kcal):	819,96	Energia (kcal):	804,20	Energia (kcal):	766,34	Energia (kcal):	792,53
	Carboidrato (g):		98,97	Carboidrato (g):	100,29	Carboidrato (g):	104,63	Carboidrato (g):	89,16	Carboidrato (g):	98,26
	Lipídios (g):		25,17	Lipídios (g):	25,41	Lipídios (g):	25,56	Lipídios (g):	27,36	Lipídios (g):	25,88
	Proteína (g):		39,30	Proteína (g):	47,53	Proteína (g):	38,91	Proteína (g):	40,87	Proteína (g):	41,65
	Vitamina A (mcg):		262,72	Vitamina A (mcg):	210,32	Vitamina A (mcg):	197,05	Vitamina A (mcg):	391,07	Vitamina A (mcg):	265,29
	Vitamina C (mg):		9,52	Vitamina C (mg):	0,20	Vitamina C (mg):	0,28	Vitamina C (mg):	33,02	Vitamina C (mg):	10,76
	Cálcio (mg):		552,50	Cálcio (mg):	577,84	Cálcio (mg):	693,96	Cálcio (mg):	629,81	Cálcio (mg):	613,53
	Ferro (mg):		4,25	Ferro (mg):	4,65	Ferro (mg):	4,01	Ferro (mg):	4,44	Ferro (mg):	4,34
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
16/05/22		17/05/22		18/05/22		19/05/22		20/05/22		SEMANA 3	
Energia (kcal):	679,94	Energia (kcal):	747,87	Energia (kcal):	773,83	Energia (kcal):	892,15	Energia (kcal):	807,74	Energia (kcal):	780,306
Carboidrato (g):	93,27	Carboidrato (g):	92,70	Carboidrato (g):	92,58	Carboidrato (g):	110,64	Carboidrato (g):	105,77	Carboidrato (g):	98,992
Lipídios (g):	20,61	Lipídios (g):	24,28	Lipídios (g):	25,14	Lipídios (g):	33,62	Lipídios (g):	26,73	Lipídios (g):	26,076
Proteína (g):	30,35	Proteína (g):	39,64	Proteína (g):	44,32	Proteína (g):	36,75	Proteína (g):	36,04	Proteína (g):	37,420
Vitamina A (mcg):	361,92	Vitamina A (mcg):	216,13	Vitamina A (mcg):	200,07	Vitamina A (mcg):	234,83	Vitamina A (mcg):	196,34	Vitamina A (mcg):	241,858
Vitamina C (mg):	9,57	Vitamina C (mg):	0,54	Vitamina C (mg):	2,30	Vitamina C (mg):	10,57	Vitamina C (mg):	2,05	Vitamina C (mg):	5,006
Cálcio (mg):	554,44	Cálcio (mg):	544,33	Cálcio (mg):	589,17	Cálcio (mg):	603,61	Cálcio (mg):	553,05	Cálcio (mg):	568,920
Ferro (mg):	3,03	Ferro (mg):	3,20	Ferro (mg):	3,75	Ferro (mg):	4,47	Ferro (mg):	4,40	Ferro (mg):	3,770
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
23/05/22		24/05/22		25/05/22		26/05/22		27/05/22		SEMANA 4	
Energia (kcal):	694,80	Energia (kcal):	789,40	Energia (kcal):	753,24	Energia (kcal):	852,42	Energia (kcal):	960,74	Energia (kcal):	810,120
Carboidrato (g):	84,03	Carboidrato (g):	91,61	Carboidrato (g):	81,18	Carboidrato (g):	113,24	Carboidrato (g):	119,16	Carboidrato (g):	97,844
Lipídios (g):	24,39	Lipídios (g):	27,94	Lipídios (g):	30,06	Lipídios (g):	25,52	Lipídios (g):	35,18	Lipídios (g):	28,618
Proteína (g):	34,79	Proteína (g):	42,89	Proteína (g):	39,49	Proteína (g):	42,46	Proteína (g):	41,87	Proteína (g):	40,300
Vitamina A (mcg):	196,12	Vitamina A (mcg):	288,59	Vitamina A (mcg):	196,84	Vitamina A (mcg):	199,58	Vitamina A (mcg):	205,75	Vitamina A (mcg):	217,376
Vitamina C (mg):	0,29	Vitamina C (mg):	9,49	Vitamina C (mg):	7,43	Vitamina C (mg):	0,31	Vitamina C (mg):	5,38	Vitamina C (mg):	4,580
Cálcio (mg):	540,73	Cálcio (mg):	652,10	Cálcio (mg):	552,80	Cálcio (mg):	541,43	Cálcio (mg):	555,01	Cálcio (mg):	568,414
Ferro (mg):	2,69	Ferro (mg):	5,04	Ferro (mg):	2,94	Ferro (mg):	5,52	Ferro (mg):	3,89	Ferro (mg):	4,016
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA						VALORES DE REFERÊNCIA		MÉDIA SEMANAL	
30/05/22		31/05/22						RESOLUÇÃO Nº6 DE 8 DE MAIO 2020		SEMANA 5	
Energia (kcal):	720,28	Energia (kcal):	903,39					Energia (kcal)	896,91	Energia (kcal):	811,835
Carboidrato (g):	102,27	Carboidrato (g):	114,45					Carboidrato (g)	123 a 146	Carboidrato (g):	108,360
Lipídios (g):	20,52	Lipídios (g):	27,49					Lipídios (g)	10 a 15	Lipídios (g):	24,005
Proteína (g):	31,62	Proteína (g):	49,54					Proteína (g)	22,5 a 26,5	Proteína (g):	40,580
Vitamina A (mcg):	196,90	Vitamina A (mcg):	218,66					Vitamina A (mcg)	147,00	Vitamina A (mcg):	207,780
Vitamina C (mg):	0,28	Vitamina C (mg):	1,94					Vitamina C (mg)	9,10	Vitamina C (mg):	1,110
Cálcio (mg):	552,69	Cálcio (mg):	568,92					Cálcio (mg)	350,00	Cálcio (mg):	560,805
Ferro (mg):	2,56	Ferro (mg):	4,44					Ferro (mg)	2,10	Ferro (mg):	3,500