



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 CRNB 7435
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21750

Rubia Stephanie F. da Silva
Nutricionista
CRN 7091/P

**CARDÁPIO INFANTIL IV, PRÉ I E PRÉ II (MANHÃ OU TARDE) - DE 2 ANOS E 11 MESES A 6 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
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Sopa minestra (Batata inglesa, carne bovina, couve manteiga, feijão preto, macarrão e temperos)	Quirera com molho de frango com legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Suco de morango Pão de batata com molho de carne moída e cenoura	Risoto integral de carne com abóbora	logurte de coco Biscoito cookies
Extra da manhã / Extra da tarde	Maçã	Banana	Caqui	Mamão	Melão
	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
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	CONSELHO CMEI	Polenta com molho bolonhesa e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Macarrão gravatinha com molho de frango e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Arroz branco, carne picada e legumes (aipim e abóbora)	Leite com cacau Bolo de cenoura sem cobertura
Extra da manhã / Extra da tarde		Banana	Poncan	Melão	Maçã
	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
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Sopa de macarrão, batata, cenoura chuchu e frango	Suco de morango Pão de batata com molho de carne moída ao sugo	Macarrão parafuso com molho de frango e legumes (abobrinha e cenoura)	Risoto de carne com legumes (cenoura, tomate e vagem)	Leite com café Pão de aveia com queijo
Extra da manhã / Extra da tarde	Caqui	Banana	Maçã	Salada de frutas sem açúcar (abacaxi, banana, maçã, mamão e suco de laranja pera)	Mamão
	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
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Sopa de arroz, carne bovina, abóbora e tomate	Polenta com molho de frango e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Leite com cacau Pão de centeio com patê de frango	Arroz branco, iscas de frango e legumes (batata salsa e cenoura)	Suco de uva Bolo de chocolate com cobertura
Extra da manhã / Extra da tarde	Poncan	Caqui	Mamão	Banana	Maçã
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA			
	30/05/22	31/05/22			
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Sopa canja (arroz, batata, cenoura e frango)	Purê de batata com carne moída e cenoura (Madalena)			
Extra da manhã / Extra da tarde	Melão	Mamão			

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

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

É limitada a oferta de alimentos ultraprocessados



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

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

CARDÁPIO INFANTIL IV, PRÉ I E PRÉ II (MANHÃ OU TARDE) - MAIO/2022

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

Rubia Stephanie F. da Silva
Nutricionista
CRN 7091/P

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):	136,41	Energia (kcal):	377,40	Energia (kcal):	112,41	Energia (kcal):	289,41	Energia (kcal):	166,84	Energia (kcal)	216,49
Carboidrato (g):	12,03	Carboidrato (g):	59,74	Carboidrato (g):	11,88	Carboidrato (g):	37,06	Carboidrato (g):	25,40	Carboidrato (g)	29,22
Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	20,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%)	4,00
Lipídios (g):	4,68	Lipídios (g):	4,97	Lipídios (g):	3,86	Lipídios (g):	7,85	Lipídios (g):	4,60	Lipídios (g)	5,19
Proteína (g):	11,55	Proteína (g):	23,42	Proteína (g):	7,55	Proteína (g):	17,64	Proteína (g):	5,96	Proteína (g)	13,22
Sódio (mg):	24,48	Sódio (mg):	61,22	Sódio (mg):	21,66	Sódio (mg):	64,27	Sódio (mg):	84,80	Sódio (mg)	51,29
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 CMEI	Energia (kcal):	557,15	Energia (kcal):	356,21	Energia (kcal):	388,50	Energia (kcal):	367,22	Energia (kcal)	417,27	
	Carboidrato (g):	85,69	Carboidrato (g):	58,78	Carboidrato (g):	52,23	Carboidrato (g):	47,45	Carboidrato (g)	61,04	
	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	20,00	Açúcar adicionado (%)	5,00	
	Lipídios (g):	12,82	Lipídios (g):	3,59	Lipídios (g):	14,70	Lipídios (g):	14,70	Lipídios (g)	11,45	
	Proteína (g):	24,76	Proteína (g):	22,20	Proteína (g):	11,81	Proteína (g):	11,27	Proteína (g)	17,51	
	Sódio (mg):	134,90	Sódio (mg):	106,14	Sódio (mg):	185,50	Sódio (mg):	176,70	Sódio (mg)	150,81	
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):	133,39	Energia (kcal):	403,57	Energia (kcal):	180,67	Energia (kcal):	242,68	Energia (kcal):	124,13	Energia (kcal)	216,89
Carboidrato (g):	21,30	Carboidrato (g):	70,14	Carboidrato (g):	22,65	Carboidrato (g):	37,16	Carboidrato (g):	18,72	Carboidrato (g)	33,99
Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	20,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%)	20,00	Açúcar adicionado (%)	8,00
Lipídios (g):	1,99	Lipídios (g):	3,59	Lipídios (g):	4,67	Lipídios (g):	4,74	Lipídios (g):	2,86	Lipídios (g)	3,57
Proteína (g):	7,57	Proteína (g):	22,68	Proteína (g):	12,02	Proteína (g):	12,85	Proteína (g):	5,88	Proteína (g)	12,20
Sódio (mg):	17,99	Sódio (mg):	106,14	Sódio (mg):	83,94	Sódio (mg):	84,69	Sódio (mg):	14,98	Sódio (mg)	61,55
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):	117,73	Energia (kcal):	243,76	Energia (kcal):	308,89	Energia (kcal):	389,99	Energia (kcal):	172,18	Energia (kcal)	246,51
Carboidrato (g):	17,12	Carboidrato (g):	24,45	Carboidrato (g):	53,86	Carboidrato (g):	70,58	Carboidrato (g):	25,16	Carboidrato (g)	38,23
Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	20,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%)	24,40	Açúcar adicionado (%)	8,88
Lipídios (g):	2,86	Lipídios (g):	10,61	Lipídios (g):	2,92	Lipídios (g):	9,32	Lipídios (g):	2,47	Lipídios (g)	5,64
Proteína (g):	5,88	Proteína (g):	12,62	Proteína (g):	16,80	Proteína (g):	5,93	Proteína (g):	12,34	Proteína (g)	10,71
Sódio (mg):	12,58	Sódio (mg):	133,72	Sódio (mg):	54,44	Sódio (mg):	105,90	Sódio (mg):	28,23	Sódio (mg)	66,97
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):	262,34	Energia (kcal):	276,50					Energia (kcal)	270,00	Energia (kcal)	269,42
Carboidrato (g):	24,51	Carboidrato (g):	27,79					Carboidrato (g)	35 a 41	Carboidrato (g)	26,15
Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00					Açúcar adicionado	Até 7%	Açúcar adicionado (%)	0,00
Lipídios (g):	10,24	Lipídios (g):	10,32					Lipídios (g)	4 a 8	Lipídios (g)	10,28
Proteína (g):	18,04	Proteína (g):	18,12					Proteína (g)	6 a 9	Proteína (g)	18,08
Sódio (mg):	195,99	Sódio (mg):	189,59					Sódio (mg):	600,00	Sódio (mg)	192,79