



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

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL I - 6 A 10 ANOS
LANCHE CONTRATURNO - PROGRAMA AMPLIANDO SABERES E REFORÇO (MANHÃ/TARDE) - AGOSTO/2022

| SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | INFORMAÇÕES |
|---|--|--|--|--|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | MÉDIA SEMANAL |
| Leite com café Bolo de maçã | Leite com cacau Pão integral com queijo | Cappuccino Bolo de coco Ponkan | Leite com café Pão de aveia com geleia de morango | Chá de camomila Biscoito de chocolate Banana | Energia (kcal): 427 Carboidrato (g): 66 Açúcar adicionado (%): 10% Lipídios (g): 13 Proteína (g): 14 Sódio (mg): 294 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | MÉDIA SEMANAL |
| Leite com cacau Bolo inglês | Leite com café Biscoito de polvilho Maçã | Chá mate Pão de centeio com requeijão | Suco de morango Bolo de fubá Mamão | Leite com cacau Pão nutritivo com manteiga | Energia (kcal): 375 Carboidrato (g): 59 Açúcar adicionado (%): 11% Lipídios (g): 12 Proteína (g): 11 Sódio (mg): 363 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | MÉDIA SEMANAL |
| Leite com café Biscoito de gergelim | Chá de hortelã Pão de leite com mel | Leite com cacau Bolo de banana com aveia Melancia | Leite com café Pão de batata com queijo | Suco de maracujá Bolo mesclado Banana | Energia (kcal): 393 Carboidrato (g): 66 Açúcar adicionado (%): 11% Lipídios (g): 10 Proteína (g): 11 Sódio (mg): 377 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | MÉDIA SEMANAL |
| Leite com cacau Pão integral com requeijão | Leite com café Bolo de cenoura | logurte de morango Biscoito rosquinha de coco Ponkan | Leite com cacau Bolo de mandioca | Leite com café Pão nutritivo com manteiga Maçã | Energia (kcal): 406 Carboidrato (g): 59 Açúcar adicionado (%): 8% Lipídios (g): 13 Proteína (g): 15 Sódio (mg): 319 |
| 29 | 30 | 31 | | | |
| Cappuccino Biscoito de leite | Leite com cacau Bolo de laranja | Chá mate Pão aveia com queijo Melancia | | | |

Cardápio elaborado pelas nutricionistas Larissa Marinho Duarte CRN8 10630 e Maria Helena Guedes Tetu CRN8 9763

Os cardápios são definidos conforme preceitos básicos da nutrição e orientações da Resolução CD/FNDE nº 06/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.

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

Este cardápio estará disponível pelo site: <http://www.sjp.pr.gov.br/secretarias/secretaria-educacao/alimentacao-escolar/>

Maria Helena Guedes Tetu
Maria Helena Guedes Tetu
Nutricionista CRN8 9763
Secr. Mun. De Educação
Matricula 22869

Letícia Laureci Bazán
LETÍCIA LAURECI BAZÁN
CRN8 15020
Nutricionista – Supervisora
GRUPO RISOTOLANDA