



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 10911P

CARDÁPIO INFANTIL IV, PRÉ I E PRÉ II (MANHÃ OU TARDE) - DE 2 ANOS E 11 MESES A 6 ANOS E 8 MESES  
AGOSTO/2022

	01/08/22	02/08/22	QUARTA-FEIRA 03/08/22	QUINTA-FEIRA 04/08/22	SEXTA-FEIRA 05/08/22
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Chá mate quente Pão de batata com molho de carne moída ao sugo	Quirera com molho de frango com legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Macarrão parafuso colorido com molho de carne picada e legumes (chuchu, tomate e cenoura)	Risoto de frango com milho	Arroz doce
Extra da manhã / Extra da tarde	Melão	Ponkan	Banana	Maçã	Banana
SEGUNDA-FEIRA 08/08/22	TERÇA-FEIRA 09/08/22	QUARTA-FEIRA 10/08/22	QUINTA-FEIRA 11/08/22	SEXTA-FEIRA 12/08/22	
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Sopa camponesa (abobrinha, arroz, batata inglesa, cenoura, frango, tomate e temperos)	Chá mate quente Pão de batata com molho de carne moída ao sugo	Macarrão parafuso com molho de frango e legumes (abobrinha e cenoura)	Arroz branco, carne picada e legumes (aipim e abóbora)	Capuccino Pão de leite com queijo
Extra da manhã / Extra da tarde	Maçã	Banana	Mamão	Melão	Maçã
SEGUNDA-FEIRA 15/08/22	TERÇA-FEIRA 16/08/22	QUARTA-FEIRA 17/08/22	QUINTA-FEIRA 18/08/22	SEXTA-FEIRA 19/08/22	
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Sopa de arroz, frango, cenoura couve manteiga e batata inglesa	Polenta com molho de frango e legumes (abobrinha cenoura e tomate)	Macarrão parafuso com molho bolonhesa e legumes (cenoura, chuchu e tomate)	Risoto de carne com abóbora	Chá mate quente Biscoito Cookies de chocolate com gotas de chocolate
Extra da manhã / Extra da tarde	Mamão	Ponkan	Maçã	Mamão	Banana
SEGUNDA-FEIRA 22/08/22	TERÇA-FEIRA 23/08/22	QUARTA-FEIRA 24/08/22	QUINTA-FEIRA 25/08/22	SEXTA-FEIRA 26/08/22	
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Chá mate quente Pão de batata com molho de carne moída ao sugo	Purê de batata com carne moída e cenoura (Madalena)	Quirera com molho de frango com legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Arroz branco, iscas de frango e legumes (batata salsa e cenoura)	Leite com cacau quente Bolo de chocolate com cobertura
Extra da manhã / Extra da tarde	Maçã	Banana	Mamão	Banana	Maçã
SEGUNDA-FEIRA 29/08/22	TERÇA-FEIRA 30/08/22	QUARTA-FEIRA 31/08/22			
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Sopa de macarrão, batata, cenoura, chuchu e frango	Polenta com molho bolonhesa e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Macarrão parafuso com molho de frango e legumes (abobrinha e cenoura)		
Extra da manhã / Extra da tarde	Mamão	Banana	Maçã		

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

Jaqueline Ellége Pretto  
Nutricionista CRN 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) - AGOSTO/2022

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
01/08/22		02/08/22		03/08/22		04/08/22		05/08/22		SEMANA 1	
Energia (kcal)	219,57	Energia (kcal)	330,04	Energia (kcal)	423,44	Energia (kcal)	152,74	Energia (kcal)	302,82	Energia (kcal)	285,72
Carboidrato (g)	30,18	Carboidrato (g)	48,38	Carboidrato (g)	70,61	Carboidrato (g)	23,71	Carboidrato (g)	56,41	Carboidrato (g)	45,86
Açúcar adicionado (%)	12,75	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	23,77	Açúcar adicionado (%)	7,30
Lipídios (g)	5,09	Lipídios (g)	4,97	Lipídios (g)	7,26	Lipídios (g)	1,95	Lipídios (g)	5,37	Lipídios (g)	4,93
Proteína (g)	13,26	Proteína (g)	22,94	Proteína (g)	18,93	Proteína (g)	10,09	Proteína (g)	7,21	Proteína (g)	14,49
Sódio (mg)	30,30	Sódio (mg)	61,22	Sódio (mg)	115,02	Sódio (mg)	96,79	Sódio (mg)	63,14	Sódio (mg)	73,29
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
08/08/22		09/08/22		10/08/22		11/08/22		12/08/22		SEMANA 2	
Energia (kcal)	169,11	Energia (kcal)	274,69	Energia (kcal)	362,61	Energia (kcal)	353,54	Energia (kcal)	357,81	Energia (kcal)	303,55
Carboidrato (g)	24,40	Carboidrato (g)	43,22	Carboidrato (g)	60,38	Carboidrato (g)	62,12	Carboidrato (g)	38,69	Carboidrato (g)	45,76
Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	10,19	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	3,90	Açúcar adicionado (%)	2,82
Lipídios (g)	2,47	Lipídios (g)	5,17	Lipídios (g)	3,59	Lipídios (g)	5,22	Lipídios (g)	15,29	Lipídios (g)	6,35
Proteína (g)	12,33	Proteína (g)	13,82	Proteína (g)	22,20	Proteína (g)	14,51	Proteína (g)	16,37	Proteína (g)	15,85
Sódio (mg)	26,43	Sódio (mg)	21,50	Sódio (mg)	108,54	Sódio (mg)	58,29	Sódio (mg)	215,44	Sódio (mg)	86,04
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
15/08/22		16/08/22		17/08/22		18/08/22		19/08/22		SEMANA 3	
Energia (kcal)	151,51	Energia (kcal)	455,84	Energia (kcal)	360,49	Energia (kcal)	286,24	Energia (kcal)	300,33	Energia (kcal)	310,88
Carboidrato (g)	24,02	Carboidrato (g)	74,85	Carboidrato (g)	52,32	Carboidrato (g)	37,48	Carboidrato (g)	54,02	Carboidrato (g)	48,54
Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	27,60	Açúcar adicionado (%)	5,52
Lipídios (g)	2,14	Lipídios (g)	7,79	Lipídios (g)	8,01	Lipídios (g)	7,32	Lipídios (g)	8,08	Lipídios (g)	6,67
Proteína (g)	9,05	Proteína (g)	21,59	Proteína (g)	19,78	Proteína (g)	17,60	Proteína (g)	2,82	Proteína (g)	14,17
Sódio (mg)	20,13	Sódio (mg)	38,60	Sódio (mg)	106,74	Sódio (mg)	63,94	Sódio (mg)	0,36	Sódio (mg)	45,95
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
22/08/22		23/08/22		24/08/22		25/08/22		26/08/22		SEMANA 4	
Energia (kcal)	198,29	Energia (kcal)	317,46	Energia (kcal)	336,44	Energia (kcal)	349,85	Energia (kcal)	196,35	Energia (kcal)	279,68
Carboidrato (g)	25,39	Carboidrato (g)	37,55	Carboidrato (g)	49,98	Carboidrato (g)	63,62	Carboidrato (g)	20,67	Carboidrato (g)	39,44
Açúcar adicionado (%)	14,12	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	14,26	Açúcar adicionado (%)	5,68
Lipídios (g)	5,09	Lipídios (g)	10,32	Lipídios (g)	4,97	Lipídios (g)	2,92	Lipídios (g)	8,67	Lipídios (g)	6,39
Proteína (g)	12,73	Proteína (g)	18,60	Proteína (g)	22,94	Proteína (g)	17,28	Proteína (g)	8,92	Proteína (g)	16,09
Sódio (mg)	21,50	Sódio (mg)	187,19	Sódio (mg)	63,62	Sódio (mg)	52,04	Sódio (mg)	99,23	Sódio (mg)	84,72
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA				VALORES DE REFERÊNCIA		MÉDIA SEMANAL	
29/08/22		30/08/22		31/08/22				RESOLUÇÃO Nº6 DE 8 DE MAIO 2020		SEMANA 5	
Energia (kcal)	154,42	Energia (kcal)	528,15	Energia (kcal)	327,17			Energia (kcal)	270,00	Energia (kcal)	336,58
Carboidrato (g)	24,31	Carboidrato (g)	85,69	Carboidrato (g)	52,32			Carboidrato (g)	35 a 41	Carboidrato (g)	54,11
Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00	Açúcar adicionado (%)	0,00			Açúcar adicionado	Até 7%	Açúcar adicionado (%)	0,00
Lipídios (g)	2,26	Lipídios (g)	9,42	Lipídios (g)	3,51			Lipídios (g)	4 a 8	Lipídios (g)	5,06
Proteína (g)	9,21	Proteína (g)	25,16	Proteína (g)	21,59			Proteína (g)	6 a 9	Proteína (g)	18,65
Sódio (mg)	21,73	Sódio (mg)	40,62	Sódio (mg)	106,14			Sódio (mg):	600,00	Sódio (mg)	56,16