



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 PERÍODO PARCIAL (MANHÃ/TARDE) - DEZEMBRO/2022

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	INFORMAÇÕES
			1	2	MÉDIA SEMANAL
			Purê de batata com carne moída e cenoura Melancia Fatiada	Sagu de uva com creme de baunilha Banana	Energia (kcal): 330 Carboidrato (g): 58 Açúcar adicionado (%): 2% Lipídios (g): 5 Proteína (g): 14 Sódio (mg): 322
5	6	7	8	9	MÉDIA SEMANAL
Arroz, carne picada e legumes (aipim e abóbora) Pêssego	Macarrão parafuso com molho de frango e legumes (abobrinha e cenoura) Maçã	Pão de batata com molho de pernil Chá mate (gelado)	Bolo de chocolate Leite com cacau (gelado)	CONSELHO DE CLASSE (SEM AULA)	Energia (kcal): 380 Carboidrato (g): 61 Açúcar adicionado (%): 5% Lipídios (g): 8 Proteína (g): 16 Sódio (mg): 366
12	13	14	15	16	MÉDIA SEMANAL
Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura e tomate) Laranja	Purê de batata com molho de carne moída e cenoura Melão Fatiado	Pão nutritivo com molho de frango Suco de morango	Polenta com molho pernil e cenoura Banana	iogurte de morango Pão de mel com chocolate	Energia (kcal): 325 Carboidrato (g): 52 Açúcar adicionado (%): 2% Lipídios (g): 7 Proteína (g): 14 Sódio (mg): 389
19	20	21	22	23	MÉDIA SEMANAL
Macarrão parafuso com molho bolonhesa Melancia Fatiada	Canjica Maçã	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Energia (kcal): 395 Carboidrato (g): 68 Açúcar adicionado (%): 0% Lipídios (g): 8 Proteína (g): 15 Sódio (mg): 242
26	27	28	29	30	
RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	

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

Cardápio elaborado pela nutricionista 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/>

Paula Harschbach
CRN8 1955
Nutricionista Coordenadora Operacional
Risotolândia - Serviços Inteligentes
de Alimentação

Letícia Laureci Bazan
LETICIA LAURECI BAZAN
CRN8 15020
Nutricionista - Supervisora
GRUPO RISOTOLANDA