



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) - FEVEREIRO/2023**

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	INFORMAÇÕES
		1	2	3	MÉDIA SEMANAL
		RECESSO	RECESSO	RECESSO	Energia (kcal): Carboidrato (g): Açúcar adicionado (%): Lipídios (g): Proteína (g): Sódio (mg):
6	7	8	9	10	MÉDIA SEMANAL
Macarrão parafuso com molho de frango e legumes (abobrinha e cenoura) Laranja	Arroz, carne picada e legumes (abóbora e aipim) Mamão	Pão integral com molho de frango Suco de uva	Polenta com molho de pernil e cenoura Banana	logurte de morango Biscoito rosquinha de leite	Energia (kcal): 350 Carboidrato (g): 58 Açúcar adicionado (%): 2% Lipídios (g): 7 Proteína (g): 15 Sódio (mg): 385
13	14	15	16	17	MÉDIA SEMANAL
Macarrão parafuso com molho de frango e legumes (abobrinha e cenoura) Pêra	Risoto de frango com milho Melão	Pão de leite com molho de carne moída e cenoura Chá mate (gelado)	Quirera com molho de frango e legumes Banana	Canjica Maçã	Energia (kcal): 331 Carboidrato (g): 58 Açúcar adicionado (%): 3% Lipídios (g): 6 Proteína (g): 14 Sódio (mg): 310
20	21	22	23	24	MÉDIA SEMANAL
RECESSO	FERIADO	RECESSO	Purê de batata com carne moída e cenoura Melancia	Bolo de chocolate com cobertura Leite com cacau	Energia (kcal): 419 Carboidrato (g): 60 Açúcar adicionado (%): 4% Lipídios (g): 12 Proteína (g): 17 Sódio (mg): 416
27	28				
Risoto de carne com legumes (cenoura, tomate e vagem) Laranja	Purê de batata com molho de frango e legumes (cenoura e vagem) Maçã				

*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 Hayschbach*  
CRN8 1955  
Nutricionista Coordenadora Operacional  
Risolândia - Serviços Inteligentes  
de Alimentação

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