



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL
CARDÁPIO INFANTIL II (PERÍODO INTEGRAL) - DE 11 MESES A 2 ANOS E 8 MESES
FEVEREIRO/2023

Jaqueline Eliége Pretto
Nutricionista CRNB 7435
Secz. Mun. de Educação
Matrícula 21750

Rubia Stephani F. da Silva
Nutricionista
CRN 7091/P

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06/02/23	07/02/23	08/02/23	09/02/23	10/02/23
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão de milho Pera picada	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Banana	Leite integral sem açúcar Pão de batata Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de leite Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão nutritivo (com beterraba) Mamão picado
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Ovo cozido Macarrão ao alho e óleo Beterraba cozida	Arroz Feijão carioca Picadinho de carne bovina Creme de milho Vagem cozida	Arroz Feijão preto Isclas de frango ao sugo Purê de batata Cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Copa lombo ao molho Farofa de legumes (cenoura e couve) Chuchu cozido	Arroz Feijão preto Carne bovina em isclas acebolada Quibebe de abóbora Abobrinha cozida
Lanche da tarde 14h30	Mingau de maçã com aveia	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Melão picado	Creme de morango com banana (leite integral batido com banana e morango)	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Banana	Vitamina de banana com aveia e cacau sem açúcar
Jantar 16h	Sopa de macarrão, abóbora couve-manteiga e carne	Risoto de frango com milho	Sopa minestra (batata inglesa, carne bovina, couve-manteiga feijão preto, macarrão e temperos)	Sopa de arroz, frango, cenoura couve-manteiga e batata inglesa	Sopa de macarrão, batata, cenoura, chuchu e frango
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	13/02/23	14/02/23	15/02/23	16/02/23	17/02/23
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão bisnaguinha tradicional Pera picada	Leite integral sem açúcar Pão de batata Banana	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de centeio Banana	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Mamão picado
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Almôndegas ao sugo Purê de batata Cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Copa lombo ao molho Creme de milho Vagem cozida	Arroz Feijão preto Carne bovina moída ao sugo Mandioca cozida Repolho verde refogado	Arroz Feijão carioca Ovo cozido Macarrão alho e óleo Beterraba cozida	Arroz Feijão preto Picadinho de carne bovina Batata salsa refogada Salada de brócolis cozido
Lanche da tarde 14h30	Vitamina de morango sem açúcar	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Mamão picado	Mingau de banana com aveia	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Melão picado	Vitamina de maçã sem açúcar
Jantar 16h	Sopa de arroz, carne bovina, abóbora e tomate	Sopa de feijão com macarrão e carne bovina	Sopa cabocla (carne bovina, cenoura couve-manteiga, ervilha, fubá tomate e temperos)	Sopa camponesa (abobrinha, arroz, batata inglesa, cenoura, frango, tomate e temperos)	Sopa de macarrão, abóbora, couve-manteiga e carne)



PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL
CARDÁPIO INFANTIL II (PERÍODO INTEGRAL) - DE 11 MESES A 2 ANOS E 8 MESES
FEVEREIRO/2023

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
	20/02/23	21/02/23	22/02/23	23/02/23	24/02/23
Desjejum 08h				Leite integral sem açúcar Pão de batata Melão picado	Leite integral sem açúcar Pão de milho Mamão picado
Almoço 11h30	RECESSO	FERIADO DE CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	Arroz Feijão carioca Carne de panela Polenta Vagem cozida	Arroz Feijão preto Carne bovina em iscas acebolada Quiabebe de abóbora Couve-manteiga refogada
Lanche da tarde 14h30				Leite integral sem açúcar Pão de leite Pera picada	Leite integral sem açúcar Bolo de chocolate sem cobertura Maçã picada
Jantar 16h				Risoto de frango com milho	Sopa de arroz, abobrinha, cenoura chuchu e carne
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA			
	27/02/23	28/02/23			
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão de centeio Melão picado	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Banana			
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Copa lombo ao molho Farofa de legumes (cenoura e couve manteiga) Abóbora refogada	Arroz Feijão carioca Isclas de frango ao sugo Purê de batata Beterraba cozida			
Lanche da tarde 14h30	Mingau de maçã com aveia	Leite integral sem açúcar Pão de milho Mamão picado			
Jantar 16h	Sopa de feijão com macarrão e carne bovina	Sopa cabocla (carne bovina, cenoura couve-manteiga, ervilha, fubá tomate e temperos)			

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

A fórmula infantil de segmento para lactentes (de 06 a 11 meses e 29 dias) será substituída pelo leite integral puro a partir de 1 ano de idade;

As crianças não usarão mais mamadeira, passarão a utilizar o copo de treinamento a partir do 2º semestre;

É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.

Alterar gradativamente a consistência dos alimentos, de pedaços pequenos para textura normal;

Introdução de legumes e verduras cruas.

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



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

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

Rubia Stephanie F. da Silva
Nutricionista
CRN 7091/P

CARDÁPIO INFANTIL II (PERÍODO INTEGRAL) - DE 11 MESES A 2 ANOS E 8 MESES - FEVEREIRO/2023

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
06/02/23		07/02/23		08/02/23		09/02/23		10/02/23		SEMANA 1	
Energia (kcal):	1003,93	Energia (kcal):	891,25	Energia (kcal):	876,30	Energia (kcal):	837,21	Energia (kcal):	819,01	Energia (kcal):	885,54
Carboidrato (g):	128,98	Carboidrato (g):	113,18	Carboidrato (g):	107,63	Carboidrato (g):	110,86	Carboidrato (g):	112,76	Carboidrato (g):	114,68
Lipídios (g):	34,77	Lipídios (g):	28,20	Lipídios (g):	28,79	Lipídios (g):	26,02	Lipídios (g):	23,41	Lipídios (g):	28,24
Proteína (g):	43,78	Proteína (g):	46,19	Proteína (g):	46,67	Proteína (g):	39,89	Proteína (g):	39,31	Proteína (g):	43,17
Vitamina A (mcg):	276,82	Vitamina A (mcg):	232,39	Vitamina A (mcg):	288,70	Vitamina A (mcg):	211,32	Vitamina A (mcg):	166,97	Vitamina A (mcg):	235,24
Vitamina C (mg):	9,76	Vitamina C (mg):	4,73	Vitamina C (mg):	10,12	Vitamina C (mg):	11,29	Vitamina C (mg):	0,34	Vitamina C (mg):	7,25
Cálcio (mg):	578,49	Cálcio (mg):	569,86	Cálcio (mg):	785,50	Cálcio (mg):	588,23	Cálcio (mg):	511,65	Cálcio (mg):	606,75
Ferro (mg):	5,39	Ferro (mg):	4,59	Ferro (mg):	4,06	Ferro (mg):	3,67	Ferro (mg):	4,38	Ferro (mg):	4,42
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
13/02/23		14/02/23		15/02/23		16/02/23		17/02/23		SEMANA 2	
Energia (kcal):	721,61	Energia (kcal):	940,91	Energia (kcal):	794,69	Energia (kcal):	963,70	Energia (kcal):	770,74	Energia (kcal):	838,33
Carboidrato (g):	82,47	Carboidrato (g):	129,13	Carboidrato (g):	109,96	Carboidrato (g):	119,42	Carboidrato (g):	95,54	Carboidrato (g):	107,30
Lipídios (g):	28,48	Lipídios (g):	27,45	Lipídios (g):	22,22	Lipídios (g):	33,81	Lipídios (g):	24,95	Lipídios (g):	27,38
Proteína (g):	33,87	Proteína (g):	44,33	Proteína (g):	38,72	Proteína (g):	45,43	Proteína (g):	41,02	Proteína (g):	40,67
Vitamina A (mcg):	252,88	Vitamina A (mcg):	222,61	Vitamina A (mcg):	184,80	Vitamina A (mcg):	275,11	Vitamina A (mcg):	25,05	Vitamina A (mcg):	192,09
Vitamina C (mg):	3,62	Vitamina C (mg):	0,31	Vitamina C (mg):	9,67	Vitamina C (mg):	0,28	Vitamina C (mg):	11,90	Vitamina C (mg):	5,16
Cálcio (mg):	593,70	Cálcio (mg):	638,78	Cálcio (mg):	503,60	Cálcio (mg):	585,89	Cálcio (mg):	590,76	Cálcio (mg):	582,55
Ferro (mg):	3,37	Ferro (mg):	5,03	Ferro (mg):	4,34	Ferro (mg):	4,72	Ferro (mg):	4,17	Ferro (mg):	4,33
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
20/02/23		21/02/23		22/02/23		23/02/23		24/02/23		SEMANA 3	
RECESSO		FERIADO		FERIADO		Energia (kcal):	859,40	Energia (kcal):	700,59	Energia (kcal):	780,00
						Carboidrato (g):	112,69	Carboidrato (g):	84,09	Carboidrato (g):	98,39
						Lipídios (g):	25,66	Lipídios (g):	24,90	Lipídios (g):	25,28
						Proteína (g):	44,43	Proteína (g):	35,03	Proteína (g):	39,73
						Vitamina A (mcg):	199,89	Vitamina A (mcg):	236,67	Vitamina A (mcg):	218,28
						Vitamina C (mg):	2,38	Vitamina C (mg):	27,94	Vitamina C (mg):	15,16
						Cálcio (mg):	568,58	Cálcio (mg):	610,85	Cálcio (mg):	589,72
						Ferro (mg):	4,30	Ferro (mg):	3,48	Ferro (mg):	3,89
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		VALORES DE REFERÊNCIA		MÉDIA SEMANAL	
27/02/23		28/02/23						RESOLUÇÃO Nº6 DE 8 DE MAIO 2020		SEMANA 4	
Energia (kcal):	963,26	Energia (kcal):	729,53					Energia (kcal)	896,91	Energia (kcal):	846,40
Carboidrato (g):	137,67	Carboidrato (g):	96,28					Carboidrato (g)	123 a 146	Carboidrato (g):	116,98
Lipídios (g):	27,19	Lipídios (g):	24,26					Lipídios (g)	10 a 15	Lipídios (g):	25,73
Proteína (g):	41,98	Proteína (g):	31,51					Proteína (g)	22,5 a 26,5	Proteína (g):	36,75
Vitamina A (mcg):	187,55	Vitamina A (mcg):	307,02					Vitamina A (mcg)	147,00	Vitamina A (mcg):	247,29
Vitamina C (mg):	2,61	Vitamina C (mg):	9,25					Vitamina C (mg)	9,10	Vitamina C (mg):	5,93
Cálcio (mg):	533,97	Cálcio (mg):	776,50					Cálcio (mg)	350,00	Cálcio (mg):	655,24
Ferro (mg):	5,22	Ferro (mg):	2,23					Ferro (mg)	2,10	Ferro (mg):	3,73