



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

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

Rubia Stephanie F. da Silva
Sistema Gestão de Serviços Ltda
Nutricionista
CRN 7091P

**CARDÁPIO INFANTIL IV, PRÉ I E PRÉ II (MANHÃ OU TARDE) - DE 2 ANOS E 11 MESES A 6 ANOS E 8 MESES
FEVEREIRO/2023**

	SEGUNDA-FEIRA 06/02/23	TERÇA-FEIRA 07/02/23	QUARTA-FEIRA 08/02/23	QUINTA-FEIRA 09/02/23	SEXTA-FEIRA 10/02/23
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Suco de morango Pão de batata com molho de pernil (carne de pernil desfiado, cenoura ralada, extrato tomate, tomate molho e temperos)	Polenta com molho de frango e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Macarrão parafuso colorido com molho de carne picada e legumes (cenoura, chuchu e tomate)	Risoto de frango com milho	Leite com café Pão de leite com geleia de morango
Extra da manhã / Extra da tarde	Pera	Banana	Mamão	Banana	Mamão
	SEGUNDA-FEIRA 13/02/23	TERÇA-FEIRA 14/02/23	QUARTA-FEIRA 15/02/23	QUINTA-FEIRA 16/02/23	SEXTA-FEIRA 17/02/23
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Suco de abacaxi Pão de batata com molho de carne moída ao sugo (carne bovina moída, cebola, tomate molho e temperos)	Quirera com carne suína	Macarrão gravatinha com molho de frango e legumes (abobrinha e cenoura)	Risoto de carne com legumes (cenoura, tomate e vagem)	logurte de coco Flocos de milho sem açúcar
Extra da manhã / Extra da tarde	Pera	Banana	Maçã	Melão	Mamão
	SEGUNDA-FEIRA 20/02/23	TERÇA-FEIRA 21/02/23	QUARTA-FEIRA 22/02/23	QUINTA-FEIRA 23/02/23	SEXTA-FEIRA 24/02/23
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	RECESSO	FERIADO DE CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	Suco de morango Pão de batata com molho de pernil (carne de pernil desfiado, cenoura ralada, extrato tomate, tomate molho e temperos)	Suco de uva Bolo de chocolate com cobertura
Extra da manhã / Extra da tarde				Pera	Maçã
	SEGUNDA-FEIRA 27/02/23	TERÇA-FEIRA 28/02/23			
Refeição da manhã/ Refeição da tarde	Suco de maracujá Pão de batata com molho de carne moída ao sugo (carne bovina moída, cebola, tomate molho e temperos)	Quirera com molho de frango com legumes (abobrinha, cenoura tomate e temperos)			
Extra da manhã / Extra da tarde	Melão	Banana			

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

Jaqueline Eliége Pretto
Nutricionista CRN 7435
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21.750

Rubia Stephanie F. da Silva
Nutricionista
CRN 7091/P

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

CARDÁPIO INFANTIL IV, PRÉ I E PRÉ II (MANHÃ OU TARDE) - 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):	385,99	Energia (kcal):	503,20	Energia (kcal):	382,48	Energia (kcal):	229,14	Energia (kcal):	344,36	Energia (kcal)	369,03
Carboidrato (g):	59,28	Carboidrato (g):	86,21	Carboidrato (g):	60,85	Carboidrato (g):	41,53	Carboidrato (g):	52,93	Carboidrato (g)	60,16
Açúcar adicionado (%):	10,36	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	8,13	Açúcar adicionado (%)	3,70
Lipídios (g):	7,51	Lipídios (g):	7,79	Lipídios (g):	7,26	Lipídios (g):	2,03	Lipídios (g):	9,74	Lipídios (g)	6,87
Proteína (g):	20,31	Proteína (g):	22,07	Proteína (g):	18,45	Proteína (g):	11,19	Proteína (g):	11,26	Proteína (g)	16,66
Sódio (mg):	55,89	Sódio (mg):	38,60	Sódio (mg):	117,42	Sódio (mg):	96,79	Sódio (mg):	102,50	Sódio (mg)	82,24
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):	217,94	Energia (kcal):	363,10	Energia (kcal):	327,17	Energia (kcal):	201,95	Energia (kcal):	311,55	Energia (kcal)	284,34
Carboidrato (g):	30,25	Carboidrato (g):	49,63	Carboidrato (g):	52,32	Carboidrato (g):	27,43	Carboidrato (g):	58,01	Carboidrato (g)	43,53
Açúcar adicionado (%):	18,35	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%)	3,67
Lipídios (g):	5,10	Lipídios (g):	9,16	Lipídios (g):	3,51	Lipídios (g):	4,67	Lipídios (g):	5,03	Lipídios (g)	5,49
Proteína (g):	12,77	Proteína (g):	20,54	Proteína (g):	21,59	Proteína (g):	12,56	Proteína (g):	8,56	Proteína (g)	15,20
Sódio (mg):	21,50	Sódio (mg):	49,48	Sódio (mg):	106,14	Sódio (mg):	92,74	Sódio (mg):	142,57	Sódio (mg)	82,49
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):	385,99	Energia (kcal):	327,61	Energia (kcal)	356,80
						Carboidrato (g):	59,28	Carboidrato (g):	57,97	Carboidrato (g)	58,63
						Açúcar adicionado (%):	10,36	Açúcar adicionado (%):	0,00	Açúcar adicionado (%)	5,18
						Lipídios (g):	7,51	Lipídios (g):	9,25	Lipídios (g)	8,38
						Proteína (g):	20,31	Proteína (g):	3,12	Proteína (g)	11,72
						Sódio (mg):	55,89	Sódio (mg):	0,00	Sódio (mg)	27,95
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA						VALORES DE REFERÊNCIA		MÉDIA SEMANAL	
27/02/23		28/02/23						RESOLUÇÃO Nº6 DE 8 DE MAIO 2020		SEMANA 4	
Energia (kcal):	252,45	Energia (kcal):	377,40					Energia (kcal)	270,00	Energia (kcal):	314,93
Carboidrato (g):	38,01	Carboidrato (g):	59,74					Carboidrato (g)	35 a 41	Carboidrato (g):	48,88
Lipídios (g):	15,84	Lipídios (g):	0,00					Açúcar adicionado	Até 7%	Lipídios (g):	7,92
Proteína (g):	5,15	Proteína (g):	4,97					Lipídios (g)	4 a 8	Proteína (g):	5,06
Vitamina A (mcg):	13,52	Vitamina A (mcg):	23,42					Proteína (g)	6 a 9	Vitamina A (mcg):	18,47
Vitamina C (mg):	32,70	Vitamina C (mg):	61,22					Sódio (mg):	600,00	Vitamina C (mg):	46,96