



PREFEITURA DE SÃO JOSÉ DOS PINHAIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL
CARDÁPIO INFANTIL IV PRÉ I E PRÉ II (MANHÃ OU TARDE) - DE 2 ANOS E 11 MESES A 6 ANOS E 8 MESES
OUTUBRO/2021

Allyson Viana
Coordenadora Operacional
Nutricionista - CRNB 7435

Jaqueline Elége Pretto
Nutricionista CRNB 7435
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21750

	SEGUNDA 04/10	TERÇA 05/10	QUARTA 06/10	QUINTA 07/10	SEXTA 08/10
Refeição da manhã 09:30 h Refeição da tarde 15:15 h	Quirera com molho de frango e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Polenta com molho bolonhesa e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa de arroz, abóbora, chuchu, repolho e carne bovina	Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura, tomate e vagem)	Chá mate Pão de aveia com queijo
Extra da manhã / tarde	Maçã	Banana	Mamão	Melão	Banana
	SEGUNDA 11/10	TERÇA 12/10	QUARTA 13/10	QUINTA 14/10	SEXTA 15/10
Refeição da manhã 09:30 h Refeição da tarde 15:15 h	RECESSO	FERIADO DIA DAS CRIANÇAS	RECESSO	Risoto integral de carne com abóbora	Leite com café Pão de centeio com requeijão
Extra da manhã / tarde				Maçã	Banana
	SEGUNDA 18/10	TERÇA 19/10	QUARTA 20/10	QUINTA 21/10	SEXTA 22/10
Refeição da manhã 09:30 h Refeição da tarde 15:15 h	Macarrão parafuso integral com molho de frango e legumes (abobrinha, cenoura, chuchu e tomate)	Polenta com molho de frango e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa de arroz, carne bovina, abóbora e tomate	Risoto de carne com brócolis	Leite com cacau Bolo de fubá
Extra da manhã / tarde	Maçã	Banana	Mamão	Maçã	Melão
	SEGUNDA 25/10	TERÇA 26/10	QUARTA 27/10	QUINTA 28/10	SEXTA 29/10
Refeição da manhã 09:30 h Refeição da tarde 15:15 h	Macarrão parafuso com molho de carne picada e legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Purê de batata com carne moída e cenoura	Sopa de macarrão, abóbora, couve-manteiga e carne bovina	Arroz, carne picada e legumes (aipim, cenoura e tomate)	Leite com café Pão nutritivo com manteiga
Extra da manhã / tarde	Mamão	Melão	Maçã	Banana	Mamão

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 é destinado para centros municipais de educação infantil e está disponibilizado no site:

<http://sjp.pr.gov.br/secretarias/secretaria-educacao/alimentacao-escolar>

Os cardápios poderão eventualmente sofrer alteração desde que autorizado previamente por nutricionista da Secretaria Municipal de Educação.

Ligar para a Divisão de Merenda Escolar no ramal 3381-6650 / 6982 para informações ou considerações.

ORIENTAÇÕES:

Atenção com a hidratação: a água deverá 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

Thais Félix
THAIS FÉLIX
CRN - 10439
Nutricionista Supervisora
GRUPO RISOTOLÂNDIA

Jaqueline Elége Pretto
Nutricionista CRN 8 7435
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21750

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

INFANTIL IV, PRÉ I E PRÉ II (MANHÃ OU TARDE) - DE 2 ANOS E 11 MESES A 6 ANOS E 8 MESES - OUTUBRO/2021

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
04/10/21		05/10/21		06/10/21		07/10/21		08/10/21		SEMANA 1	
Energia (kcal):	134	Energia (kcal):	481	Energia (kcal):	123	Energia (kcal):	127	Energia (kcal):	318	Energia (kcal):	237
Carboidrato (g):	21	Carboidrato (g):	86	Carboidrato (g):	20	Carboidrato (g):	9	Carboidrato (g):	52	Carboidrato (g):	38
Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	13	Açúcar adicionado (%):	3
Lipídios (g):	2	Lipídios (g):	8	Lipídios (g):	2	Lipídios (g):	5	Lipídios (g):	7	Lipídios (g):	5
Proteína (g):	8	Proteína (g):	20	Proteína (g):	7	Proteína (g):	13	Proteína (g):	11	Proteína (g):	11
Sódio (mg):	508	Sódio (mg):	17	Sódio (mg):	20	Sódio (mg):	461	Sódio (mg):	378	Sódio (mg):	277
SEGUNDA-FEIRA		696,72		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
11/10/21		12/10/21		13/10/21		14/10/21		15/10/21		SEMANA 2	
RECESSO		FERIADO DIA DAS CRIANÇAS		RECESSO		Energia (kcal):	196	Energia (kcal):	422	Energia (kcal)	309
						Carboidrato (g):	33	Carboidrato (g):	85	Carboidrato (g)	59
						Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	9	Açúcar adicionado (%)	5
						Lipídios (g):	1	Lipídios (g):	6	Lipídios (g)	4
						Proteína (g):	13	Proteína (g):	10	Proteína (g)	11
						Sódio (mg):	47	Sódio (mg):	410	Sódio (mg)	229
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
18/10/21		19/10/21		20/10/21		21/10/21		22/10/21		SEMANA 3	
Energia (kcal):	195	Energia (kcal):	347	Energia (kcal):	119	Energia (kcal):	184	Energia (kcal):	382	Energia (kcal)	245
Carboidrato (g):	28	Carboidrato (g):	72	Carboidrato (g):	19	Carboidrato (g):	32	Carboidrato (g):	61	Carboidrato (g)	37
Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%)	10	Açúcar adicionado (%)	2
Lipídios (g):	5	Lipídios (g):	5	Lipídios (g):	2	Lipídios (g):	3	Lipídios (g):	13	Lipídios (g)	74
Proteína (g):	12	Proteína (g):	9	Proteína (g):	7	Proteína (g):	9	Proteína (g):	5	Proteína (g)	8
Sódio (mg):	1140	Sódio (mg):	759	Sódio (mg):	19	Sódio (mg):	49	Sódio (mg):	119	Sódio (mg)	417
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
25/10/21		26/10/21		27/10/21		28/10/21		29/10/21		SEMANA 4	
Energia (kcal):	164	Energia (kcal):	263	Energia (kcal):	120	Energia (kcal):	283	Energia (kcal):	261	Energia (kcal)	218
Carboidrato (g):	33	Carboidrato (g):	45	Carboidrato (g):	21	Carboidrato (g):	64	Carboidrato (g):	46	Carboidrato (g)	42
Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%):	0	Açúcar adicionado (%)	15	Açúcar adicionado (%)	3
Lipídios (g):	4	Lipídios (g):	3	Lipídios (g):	2	Lipídios (g):	2	Lipídios (g):	6	Lipídios (g)	3
Proteína (g):	1	Proteína (g):	12	Proteína (g):	7	Proteína (g):	5	Proteína (g):	5	Proteína (g)	6
Sódio (mg):	1343	Sódio (mg):	49	Sódio (mg):	17	Sódio (mg):	490	Sódio (mg):	374	Sódio (mg)	454