




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/2021


Larissa Marinho Duarte
Nutricionista CRN8 10630
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21749


Alice C. Amey Vizenine
Coordenadora Municipal de Alimentação Escolar
Nutricionista CRN8 71514

		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		01/12/21	02/12/21	03/12/21
		Sopa de arroz, frango, abóbora e batata inglesa Banana	Arroz, carne picada e legumes (aipim, cenoura e tomate) Pêssego	Leite com café Pão de centeio com queijo
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06/12/21	07/12/21	08/12/21	09/12/21	10/12/21
Macarrão parafuso integral com molho de frango e legumes (abobrinha, cenoura, chuchu e tomate) Mamão	Purê de batata com carne moída e cenoura Melancia	Quirera com molho de frango com legumes (abobrinha, cenoura e tomate) Banana	Leite com cacau Bolo de maçã	REUNIÃO PEDAGÓGICA
SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
13/12/21	14/12/21	15/12/21	16/12/21	17/12/21
Macarrão parafuso colorido com molho de carne picada e legumes (abobrinha, cenoura e chuchu) Maçã	Suco de uva Pão de batata com molho de carne moída ao sugo	Polenta com molho de frango e milho Banana	logurte de morango Bolo de chocolate	FÉRIAS

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.

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



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/2021

Larissa Marinho Duarte
Nutricionista CRN8 10630
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21749

Thais Félix
THAIS FÉLIX
CRN - 10439
Nutricionista Supervisora
GRUPO RISOTOLÂNDIA

		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL			
		01/12/21		02/12/21		03/12/21		SEMANA 1			
		Energia (kcal):	334	Energia (kcal):	418	Energia (kcal):	423	Energia (kcal)	397		
		Carboidrato (g):	51	Carboidrato (g):	67	Carboidrato (g):	53	Carboidrato (g)	58		
		Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	9%	Açúcar adicionado (%)	3%		
		Lipídios (g):	5	Lipídios (g):	7	Lipídios (g):	16	Lipídios (g)	9		
		Proteína (g):	24	Proteína (g):	19	Proteína (g):	17	Proteína (g)	20		
		Sódio (mg):	547	Sódio (mg):	778	Sódio (mg):	565	Sódio (mg)	630		
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
06/12/21		07/12/21		08/12/21		09/12/21		10/12/21		SEMANA 2	
Energia (kcal):	479	Energia (kcal):	498	Energia (kcal):	528	Energia (kcal):	414	REUNIÃO PEDAGÓGICA	Energia (kcal)	480	
Carboidrato (g):	76	Carboidrato (g):	60	Carboidrato (g):	90	Carboidrato (g):	67		Carboidrato (g)	73	
Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	8%	Açúcar adicionado (%):	0%		Açúcar adicionado (%)	2%	
Lipídios (g):	6	Lipídios (g):	8	Lipídios (g):	12	Lipídios (g):	22		Lipídios (g)	12	
Proteína (g):	34	Proteína (g):	19	Proteína (g):	12	Proteína (g):	6		Proteína (g)	18	
Sódio (mg):	449	Sódio (mg):	707	Sódio (mg):	390	Sódio (mg):	602		Sódio (mg)	537	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL	
13/12/21		14/12/21		15/12/21		16/12/21		17/12/21		SEMANA 3	
Energia (kcal):	414	Energia (kcal):	321	Energia (kcal):	286	Energia (kcal):	501	FÉRIAS	Energia (kcal)	380	
Carboidrato (g):	74	Carboidrato (g):	49	Carboidrato (g):	36	Carboidrato (g):	96		Carboidrato (g)	64	
Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	10%	Açúcar adicionado (%):	0%	Açúcar adicionado (%):	0%		Açúcar adicionado (%)	3%	
Lipídios (g):	6	Lipídios (g):	7	Lipídios (g):	6	Lipídios (g):	8		Lipídios (g)	6	
Proteína (g):	22	Proteína (g):	16	Proteína (g):	23	Proteína (g):	9		Proteína (g)	18	
Sódio (mg):	602	Sódio (mg):	371	Sódio (mg):	744	Sódio (mg):	363		Sódio (mg)	520	

*Cálculo nutricional baseado no consumo de 250 g da preparação salgada ou sopa, 200 ml da bebida, 1 porção de pão (50g) ou bolo (90g) e/ou 1 porção de fruta (1 unidade ou 90 g).