



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

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

Rubia Stephanie F. da Silva
Nutricionista
CRN 7091/P

**CARDÁPIO INFANTIL II (PERÍODO INTEGRAL) - DE 11 MESES A 2 ANOS E 8 MESES
FEVEREIRO/2022**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	07/02/22	08/02/22	09/02/22	10/02/22	11/02/22
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão de leite Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Pera picada	Leite integral sem açúcar Pão bisnaguinha tradicional Banana picada	Leite integral sem açúcar Pão de milho Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão nutritivo Abacate picado
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Carne de frango ao sugo (picada/desfiada) Quibebe de abóbora Beterraba Cozida	Arroz Feijão carioca Carne bovina moída refogada Purê de batata Brócolis cozido	Arroz Feijão preto Picadinho de carne bovina Batata doce refogada Chuchu cozido	Arroz Feijão carioca Carne bovina moída ao sugo Purê de cenoura Vagem refogada	Arroz Feijão preto Carne de panela picada Couve-manteiga refogada picada Abobrinha cozida
Lanche da tarde 14h30	Leite integral sem açúcar Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Melão picado	Leite integral sem açúcar Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de batata Pera picada	Leite integral sem açúcar Banana picada
Jantar 16h	Sopa de arroz, abobrinha, cenoura, chuchu e carne	Sopa Cabocla (carne bovina, cenoura, couve-manteiga, ervilha, fubá, tomate e temperos)	Quirera com molho de frango com legumes	Sopa de macarrão, carne bovina, batata inglesa e beterraba	Sopa canja (arroz, batata inglesa, cenoura, carne de frango em iscas, tomate e temperos)
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/02/22	15/02/22	16/02/22	17/02/22	18/02/22
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão bisnaguinha tradicional Melão Picado	Leite integral sem açúcar Pão nutritivo Abacate Picado	Leite integral sem açúcar Pão de leite Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de forma tradicional Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão milho Pera picada
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Molho de carne picada com legumes (abobrinha, cenoura e tomate) Batata inglesa refogada Cenoura Cozida	Arroz Feijão carioca Carne de frango desfiada refogada Creme de milho Beterraba cozida	Arroz Feijão preto Copa lombo ao molho picado Purê de cenoura Repolho verde refogado	Arroz Feijão carioca Ovo cozido Macarrão ao alho e óleo Chuchu cozido	Arroz Feijão preto Picadinho de carne bovina Polenta Brócolis cozido
Lanche da tarde 14h30	Leite integral sem açúcar Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão de aveia Pera picada	Leite integral sem açúcar Banana picada	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Melão picado	Leite integral sem açúcar Maçã picada
Jantar 16h	Sopa camponesa (Abobrinha, arroz, batata inglesa, cenoura, frango, tomate e temperos).	Sopa de macarrão, abóbora, couve- manteiga e carne	Sopa canja (arroz, batata inglesa, cenoura, carne de frango, tomate e temperos)	Sopa de arroz, abóbora, chuchu, repolho e carne.	Sopa de feijão com macarrão, frango e cenoura

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/02/22	22/02/22	23/02/22	24/02/22	25/02/22
Desjejum 08h	Leite integral sem açúcar Pão de batata Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de cenoura Mamão picado	Leite integral sem açúcar Pão nutritivo Melão picado	Leite integral sem açúcar Pão milho Pera picada	Leite integral sem açúcar Pão aveia Mamão picado
Almoço 11h30	Arroz Feijão preto Carne bovina moída ao sugo Purê de batata Cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Copa lombo ao molho picado Quibebe de abóbora Chuchu cozido	Arroz Feijão preto Carne de panela picada Macarrão parafuso ao sugo Abobrinha cozida	Arroz Feijão carioca Carne de frango em cubos ao sugo Repolho verde refogado Beterraba cozida	Arroz Feijão preto Carne bovina em iscas acebolada Batata refogada Abóbora refogada
Lanche da tarde 14h30	Leite integral sem açúcar Pera picada	Leite integral sem açúcar Pão bisnaguinha tradicional Banana picada	Leite integral sem açúcar Maçã picada	Leite integral sem açúcar Pão de batata Banana picada	Leite integral sem açúcar Bolo de chocolate sem cobertura e sem granulado Maçã picada
Jantar 16h	Sopa de macarrão, carne bovina, batata inglesa e beterraba	Sopa minestra (batata inglesa, carne bovina, couve-manteiga, feijão preto, macarrão e temperos)	Risoto de frango com legumes	Sopa Cabocla (carne bovina, cenoura, couve-manteiga, ervilha, fubá, tomate e temperos)	Sopa de arroz, abobrinha, cenoura, chuchu e carne
	SEGUNDA-FEIRA				
	28/02/22				
Desjejum 08h					
Almoço 11h30	RECESSO				
Lanche da tarde 14h30					
Jantar 16h					

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.

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 Ellyge 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/2022

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL		
07/02/22		08/02/22		09/02/22		10/02/22		11/02/22		SEMANA 1		
Energia (kcal):	706,62	Energia (kcal):	700,31	Energia (kcal):	894,64	Energia (kcal):	696,49	Energia (kcal):	756,86	Energia (kcal):	750,98	
Carboidrato (g):	85,29	Carboidrato (g):	86,03	Carboidrato (g):	110,11	Carboidrato (g):	79,19	Carboidrato (g):	81,29	Carboidrato (g):	88,38	
Lipídios (g):	23,03	Lipídios (g):	22,77	Lipídios (g):	26,34	Lipídios (g):	25,23	Lipídios (g):	30,02	Lipídios (g):	25,48	
Proteína (g):	39,53	Proteína (g):	37,76	Proteína (g):	54,26	Proteína (g):	38,18	Proteína (g):	40,34	Proteína (g):	42,01	
Vitamina A (mcg):	197,10	Vitamina A (mcg):	274,84	Vitamina A (mcg):	204,69	Vitamina A (mcg):	215,70	Vitamina A (mcg):	392,25	Vitamina A (mcg):	256,92	
Vitamina C (mg):	0,23	Vitamina C (mg):	9,45	Vitamina C (mg):	2,70	Vitamina C (mg):	0,63	Vitamina C (mg):	34,90	Vitamina C (mg):	9,58	
Cálcio (mg):	557,79	Cálcio (mg):	591,55	Cálcio (mg):	557,05	Cálcio (mg):	585,58	Cálcio (mg):	604,96	Cálcio (mg):	579,39	
Ferro (mg):	2,83	Ferro (mg):	4,08	Ferro (mg):	3,82	Ferro (mg):	3,91	Ferro (mg):	3,38	Ferro (mg):	3,60	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL		
14/02/22		15/02/22		16/02/22		17/02/22		18/02/22		SEMANA 2		
Energia (kcal):	714,75	Energia (kcal):	717,78	Energia (kcal):	677,32	Energia (kcal):	695,67	Energia (kcal):	744,49	Energia (kcal):	710,00	
Carboidrato (g):	94,75	Carboidrato (g):	72,12	Carboidrato (g):	77,87	Carboidrato (g):	99,43	Carboidrato (g):	85,60	Carboidrato (g):	85,95	
Lipídios (g):	21,48	Lipídios (g):	30,16	Lipídios (g):	24,27	Lipídios (g):	20,43	Lipídios (g):	24,56	Lipídios (g):	24,18	
Proteína (g):	35,59	Proteína (g):	39,45	Proteína (g):	36,81	Proteína (g):	28,52	Proteína (g):	45,26	Proteína (g):	37,13	
Vitamina A (mcg):	196,60	Vitamina A (mcg):	288,00	Vitamina A (mcg):	215,59	Vitamina A (mcg):	196,70	Vitamina A (mcg):	202,13	Vitamina A (mcg):	219,80	
Vitamina C (mg):	0,35	Vitamina C (mg):	16,35	Vitamina C (mg):	0,58	Vitamina C (mg):	0,28	Vitamina C (mg):	2,69	Vitamina C (mg):	4,05	
Cálcio (mg):	552,78	Cálcio (mg):	577,50	Cálcio (mg):	548,63	Cálcio (mg):	544,08	Cálcio (mg):	570,13	Cálcio (mg):	558,62	
Ferro (mg):	3,04	Ferro (mg):	2,94	Ferro (mg):	2,33	Ferro (mg):	3,01	Ferro (mg):	4,12	Ferro (mg):	3,09	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL		
21/02/22		22/02/22		23/02/22		24/02/22		25/02/22		SEMANA 3		
Energia (kcal):	702,66	Energia (kcal):	691,65	Energia (kcal):	808,09	Energia (kcal):	741,90	Energia (kcal):	842,51	Energia (kcal):	757,362	
Carboidrato (g):	80,85	Carboidrato (g):	82,86	Carboidrato (g):	103,49	Carboidrato (g):	91,30	Carboidrato (g):	108,77	Carboidrato (g):	93,454	
Lipídios (g):	25,09	Lipídios (g):	24,02	Lipídios (g):	23,78	Lipídios (g):	22,59	Lipídios (g):	28,72	Lipídios (g):	24,840	
Proteína (g):	37,93	Proteína (g):	36,00	Proteína (g):	45,01	Proteína (g):	43,34	Proteína (g):	37,24	Proteína (g):	39,904	
Vitamina A (mcg):	209,57	Vitamina A (mcg):	260,52	Vitamina A (mcg):	200,14	Vitamina A (mcg):	262,11	Vitamina A (mcg):	205,36	Vitamina A (mcg):	227,540	
Vitamina C (mg):	0,24	Vitamina C (mg):	9,45	Vitamina C (mg):	3,16	Vitamina C (mg):	9,46	Vitamina C (mg):	0,55	Vitamina C (mg):	4,572	
Cálcio (mg):	575,14	Cálcio (mg):	573,93	Cálcio (mg):	535,22	Cálcio (mg):	597,10	Cálcio (mg):	558,54	Cálcio (mg):	567,986	
Ferro (mg):	3,80	Ferro (mg):	3,63	Ferro (mg):	3,73	Ferro (mg):	3,82	Ferro (mg):	3,61	Ferro (mg):	3,718	
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL		
28/02/22		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL		
RECESSO								VALORES DE REFERÊNCIA				
RECESSO								RESOLUÇÃO Nº6 DE 8 DE MAIO 2020				
RECESSO								Energia (kcal)				476
RECESSO								Carboidrato (g)				66 a 77
RECESSO								Lipídios (g)				5 a 8
RECESSO								Proteína (g)				12 a 18
RECESSO								Vitamina A (mcg)				350
RECESSO								Vitamina C (mg)				35
RECESSO								Cálcio (mg)				182
RECESSO								Ferro (mg)				5