



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 CRN 7435
Secr. Mun. de Educação
Matrícula 21750

Rubia Stephanie F. da Silva
Gestora de Serviços
Nutricionista
CRN 7891P

**CARDÁPIO INFANTIL I (PERÍODO INTEGRAL) - DE 6 MESES A 8 MESES E 29 DIAS
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 materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente
Colação 09h	Maçã cozida amassada	Banana prata amassada	Pera raspada	Abacate amassado	Mamão amassado
Almoço 11h30	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne de panela desfiada e picada Purê de batata Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Copa lombo ao molho picadinho Couve-flor cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina moída ao sugo Beterraba cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne de frango desfiada refogada Abóbora refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina em iscas picadinha Cenoura cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar
Lanche da tarde 14h30	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil de seguimento para lactente
Jantar 16h	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne de frango desfiada refogada Abóbora refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne bovina em iscas picadinha Escarola refogada picada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Ovo cozido amassado Cenoura cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne de panela desfiada e picada Brócolis cozido picado e amassado Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina moída ao sugo Abobrinha cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar
	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 materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente
Colação 09h	Pera raspada	Mamão amassado	Abacate amassado	Maçã cozida amassada	Mamão amassado com banana prata amassada
Almoço 11h30	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Ovo cozido amassado Abóbora refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne de frango desfiada refogada Abobrinha refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne de panela desfiada e picada Chuchu cozido amassado Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Copa lombo ao molho picadinho Cenoura refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina moída ao sugo Polenta Suco de laranja lima sem açúcar
Lanche da tarde 14h30	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente
Jantar 16h	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne de panela desfiada e picada Beterraba cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne bovina moída ao sugo Repolho verde refogado picado Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina em iscas picada Batata doce refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne de frango desfiada refogada Couve-flor cozida picada e amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne de panela desfiada e picada Abóbora refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar

	SEGUNDA-FEIRA 21/02/22	TERÇA-FEIRA 22/02/22	QUARTA-FEIRA 23/02/22	QUINTA-FEIRA 24/02/22	SEXTA-FEIRA 25/02/22
Desjejum 08h	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente
Colação 09h	Maçã cozida amassada	Banana prata amassada	Mamão amassado	Pera raspada	Abacate amassado
Almoço 11h30	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne de frango desfiada refogada Cenoura cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne de panela desfiada e picada Batata doce cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina moída ao sugo Brócolis cozido e picado Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Ovo cozido amassado Cenoura refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina em iscas picadinha Chuchu cozido amassado Suco de laranja lima sem açúcar
Lanche da tarde 14h30	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente	Leite materno ou Fórmula Infantil para lactente
Jantar 16h	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina moída ao sugo Chuchu cozido amassado Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne bovina em iscas picada Beterraba cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Copa lombo ao molho picadinho Abóbora refogada amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne de frango desfiada ao sugo Abobrinha cozida amassada Suco de laranja lima sem açúcar	Arroz papa amassado Feijão preto com caldo amassado Carne suína em iscas desfiada e picada Couve manteiga refogada picada Suco de laranja lima sem açúcar
	SEGUNDA-FEIRA 28/02/22				
Desjejum 08h					
Colação 09h					
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

Fórmula infantil de segmento para lactentes (de 6 a 11 meses e 29 dias) conforme solicitado pelo médico e/ou nutricionista;

Seguir a orientação de volume, de acordo com a faixa etária e as instruções do fabricante da fórmula láctea infantil (de 6 a 11 meses e 29 dias);

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher;

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;

As refeições salgadas devem ter consistência espessa para garantir a quantidade de energia necessária para o ganho de peso e manutenção da saúde;

As refeições salgadas deverão ser amassadas com garfo e as carnes deverão ser bem picadas e desfiadas.

As preparações não devem ser liquidificadas para que a criança perceba os diferentes sabores dos alimentos. Oferecer com a colher;

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

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

Rubia Stephanie F. da Silva
Nutricionista
CRN 7091/P

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

CARDÁPIO INFANTIL I (PERÍODO INTEGRAL) - DE 6 A 8 MESES E 29 DIAS - 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):	730,14	Energia (kcal):	718,42	Energia (kcal):	757,20	Energia (kcal):	737,34	Energia (kcal):	684,18	Energia (kcal):	725,46
Carboidrato (g):	116,01	Carboidrato (g):	119,05	Carboidrato (g):	115,08	Carboidrato (g):	109,12	Carboidrato (g):	110,12	Carboidrato (g):	113,88
Lipídios (g):	14,66	Lipídios (g):	13,92	Lipídios (g):	20,07	Lipídios (g):	18,13	Lipídios (g):	13,91	Lipídios (g):	16,14
Proteína (g):	36,53	Proteína (g):	32,24	Proteína (g):	32,15	Proteína (g):	37,50	Proteína (g):	31,83	Proteína (g):	34,05
Vitamina A (mcg):	15,91	Vitamina A (mcg):	1,30	Vitamina A (mcg):	40,92	Vitamina A (mcg):	2,63	Vitamina A (mcg):	2,36	Vitamina A (mcg):	12,62
Vitamina C (mg):	20,24	Vitamina C (mg):	19,64	Vitamina C (mg):	19,42	Vitamina C (mg):	23,84	Vitamina C (mg):	19,48	Vitamina C (mg):	20,52
Cálcio (mg):	407,66	Cálcio (mg):	403,68	Cálcio (mg):	425,40	Cálcio (mg):	435,66	Cálcio (mg):	404,99	Cálcio (mg):	415,48
Ferro (mg):	6,21	Ferro (mg):	6,60	Ferro (mg):	6,79	Ferro (mg):	6,69	Ferro (mg):	6,47	Ferro (mg):	6,55
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):	755,89	Energia (kcal):	701,30	Energia (kcal):	745,91	Energia (kcal):	703,24	Energia (kcal):	730,48	Energia (kcal):	727,36
Carboidrato (g):	114,57	Carboidrato (g):	110,58	Carboidrato (g):	129,30	Carboidrato (g):	113,50	Carboidrato (g):	120,16	Carboidrato (g):	117,62
Lipídios (g):	20,13	Lipídios (g):	14,17	Lipídios (g):	18,34	Lipídios (g):	13,04	Lipídios (g):	15,14	Lipídios (g):	16,16
Proteína (g):	32,10	Proteína (g):	35,83	Proteína (g):	32,22	Proteína (g):	35,35	Proteína (g):	32,36	Proteína (g):	33,57
Vitamina A (mcg):	40,77	Vitamina A (mcg):	2,78	Vitamina A (mcg):	2,23	Vitamina A (mcg):	1,68	Vitamina A (mcg):	2,45	Vitamina A (mcg):	9,98
Vitamina C (mg):	19,93	Vitamina C (mg):	19,56	Vitamina C (mg):	24,39	Vitamina C (mg):	19,56	Vitamina C (mg):	19,97	Vitamina C (mg):	20,68
Cálcio (mg):	424,37	Cálcio (mg):	415,61	Cálcio (mg):	400,75	Cálcio (mg):	407,05	Cálcio (mg):	395,92	Cálcio (mg):	408,74
Ferro (mg):	6,86	Ferro (mg):	6,42	Ferro (mg):	6,64	Ferro (mg):	6,12	Ferro (mg):	6,62	Ferro (mg):	6,53
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):	702,21	Energia (kcal):	807,49	Energia (kcal):	686,51	Energia (kcal):	714,23	Energia (kcal):	700,68	Energia (kcal):	722,22
Carboidrato (g):	112,50	Carboidrato (g):	129,46	Carboidrato (g):	110,56	Carboidrato (g):	112,77	Carboidrato (g):	58,11	Carboidrato (g):	104,68
Lipídios (g):	13,44	Lipídios (g):	19,04	Lipídios (g):	14,16	Lipídios (g):	14,74	Lipídios (g):	17,53	Lipídios (g):	15,78
Proteína (g):	35,80	Proteína (g):	32,59	Proteína (g):	32,21	Proteína (g):	35,61	Proteína (g):	31,50	Proteína (g):	33,54
Vitamina A (mcg):	2,78	Vitamina A (mcg):	2,21	Vitamina A (mcg):	1,51	Vitamina A (mcg):	41,09	Vitamina A (mcg):	131,21	Vitamina A (mcg):	35,76
Vitamina C (mg):	19,54	Vitamina C (mg):	19,99	Vitamina C (mg):	19,54	Vitamina C (mg):	19,48	Vitamina C (mg):	42,30	Vitamina C (mg):	24,17
Cálcio (mg):	397,58	Cálcio (mg):	411,96	Cálcio (mg):	437,78	Cálcio (mg):	421,30	Cálcio (mg):	432,12	Cálcio (mg):	420,15
Ferro (mg):	6,06	Ferro (mg):	7,20	Ferro (mg):	6,24	Ferro (mg):	6,54	Ferro (mg):	6,16	Ferro (mg):	6,44
SEGUNDA-FEIRA								VALORES DE REFERÊNCIA			
28/02/22								RESOLUÇÃO Nº6 DE 8 DE MAIO 2020			
RECESSO								Energia (kcal)	476,00		
								Carboidrato (g)	66 a 77		
								Lipídios (g)	5 a 8		
								Proteína (g)	12 a 18		
								Vitamina A (mcg)	350,00		
								Vitamina C (mg)	35,00		
								Cálcio (mg)	182,00		
								Ferro (mg)	4,83		