

MARÇO/2024**BERÇÁRIO ATE
12 MESES**

1º SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Café da manhã 07:30	*Leite ou formula infantil				
Mamada 08:30	*Fruta amansada ou em pedaços				
Almoço 11:00	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.
Mamada 13:30	*Leite ou formula infantil				
Lanche da tarde 14:30	*Fruta amansada ou em pedaços				
Jantar 16:00	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.	*Igual a comida dos demais só que na consistência que eles possam comer.

Sandrine Donin Bender CRN-8 6197

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA-PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA *Urbana e Rural*

FAIXA ETÁRIA 4 a 10 anos

PERÍODO *Parcial*

ESCOLA MUNICIPAL CARLOS GOMES

MARÇO/2024

1º Semana	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA 01/03
Merenda/ Horário					*MACARONADA *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		225,83	34,47g	8,4g	6,19g
			61%	14,8%	24,6%

2º Semana	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *FRANGO AO MOLHO *SALADAS	*PÃO COM CARNE AO MOLHO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *PICADINHO SUÍNO *SALADAS	* PREPARAÇÃO CULINÁRIA “SAGU DE SUCO DE UVA” *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO COM LEGUMES *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		274,17	38,96g	11,17g	8,19g
			56,8%	16,2%	26,8%
3º Semana	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03
Merenda/ Horário	*MACARRONADA CASEIRA *SALADA	*PÃO COM OVOS MEXIDO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*PIPOCA *BISCOITO SORTIDOS *SUCO DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA	*PREPARAÇÃO CULINÁRIA “BOLACHA CASEIRA” *IOGURTE DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		292,18	46,19g	10,83g	7,28g
			63,2%	14,8%	22,4%
4º Semana	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03

Merenda/ Horário	*ARROZ *ESTROGONOFE DE CARNE *SALADAS	*SANDUICHE COM PRESUNTO E QUEIJO *SUÇO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*SOPA DE LEGUMES *SOBREMESA FRUTA	*GALINHADA *SALADAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		277,09	36,52g	10,74g	9,83g
		52,7%	15,5%	31,9%	
5º Semana	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*PÃO COM MANTEIGA OU NATA *CAFÉ COM LEITE *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *PEIXE COM LEGUMES *SALADA *SOBREMESA FRUTA	*PAIXÃO DE CRISTO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET

Sandreline Donin Bender CRN-8 6197

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA-PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO - Creche

ZONA urbana/rural

FAIXA ETÁRIA 01 - 3 anos

PERÍODO Integral

MARÇO/2024

1º SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	6ª FEIRA 01/03			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta					*Biscoito salgado *Leite ou Vitamina de frutas s/ açúcar *Fruta			
Almoço 11:30					*Arroz *Feijão *Carne de suína refogada *Salada			
Lanche da tarde 14:00					*Fruta (2 ou mais variedades)			
Janta 16:00					*Sopa de legumes			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		612,39	103,22	12,11				
		63%	16%	17,79%				

Sandreline Donin Bender CRN-8 6197

2º SEMANA	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta	*Pão de leite com nata e doce de frutas *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite com carne ao molho *Leite ou Suco de frutas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite com nata e doce de frutas *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	Pão caseiro c/ nata *Leite s/ açúcar *Fruta	*Bolo de fubá *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta			
Almoço 11:30	*Arroz *Feijão *Carne suína refogada *Saladas	*Macarronada *Feijão *Saladas	*Arroz *Feijão *Legumes saute *Carne ao molho *Saladas	* Strogonoff de carne ou frango * Arroz *Batata doce cozida * Saladas	*Arroz *Feijão *Iscas de carne ao molho *Farofa colorida *Saladas			
Lance da tarde 14:00	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Pão de queijo *Suco de frutas			
Janta 16:00	*Sopa de feijão	*Sopa de frango com legumes	*Sopa de feijão	*Canjiquinha	*Creme de abobora cabotia com carne de frango			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		321,35**	55,14**	12,97**				
Sandreline Donin Bender CRN-8 6197								

3º SEMANA	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03				
Café da manhã 08:00 09:00 fruta	*Pão de leite com manteiga e doce de frutas *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite com ovos mexido *Leite ou Vitamina de frutas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite presunto e queijo *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	Pão caseiro c/ nata *Leite ou Vitamina de frutas s/ açúcar *Fruta	*Bolo de laranja *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta				
Almoço 11:30	*Arroz *Feijão *Legumes refogado *Carne ao molho *Saladas	*Polenta cremosa *Arroz *Feijão *Frango ao molho *Saladas	*Arroz *Feijão *Pure de batata *Carne suína refogada *Saladas	*Macarronada *Feijão *Arroz *Saladas	*Arroz *Feijão *Carne de gado refogadinho com legumes *Saladas				
Lance da tarde 14:00	*Mingau de aveia	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Bolo de banana *Suco de frutas s/ açúcar				
Janta 16:00	*Sopa de fubá	*Pizza e suco de frutas	*Canjiquinha com carne suína	*Sopa de frango com legumes	*Escondidinho de batata com carne moída				
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		602,53	98,95	24,95	12,81	40,43	46,02	160,71	3,43
			65%	16%	19%				

Sandrelina Donin Bender CRN-8 6197

4º SEMANA	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta	*Pão de leite com manteiga e doce de frutas *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite com carne ao molho *Leite ou Vitamina de frutas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite com nata e doce de frutas *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	Pão caseiro ovos mexidos *Leite ou Vitamina de frutas s/ açúcar *Fruta	*Bolo de banana com aveia *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta			
Almoço 11:30	*Arroz *Feijão *Carne ao molho *Saladas	*Polenta cremosa *Arroz *Feijão *Frango ao molho *Saladas	*Arroz *Frango Assado *Macarrão ao molho *Salada de batata *Saladas	*Arroz *Feijão *Strogonoff de carne *Saladas	*Arroz *Feijão **Batata doce assada *Carne refogada *Saladas			
Lanche da tarde 14:00	*Bolo de laranja *Suco de frutas s/ açúcar	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Torta salgada *Leite com cacau s/ açúcar			
Janta 16:00	*Sopa de feijão	*Sopa de legumes com frango	*Sopa de feijão	*Sopa de fubá	*Sopa de frango			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		599,43	99	24				
		66%	17%	18%	43,16	36,46	156,86	3,31
Sandreline Donin Bender CRN-8 6197								

5º SEMANA	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Café da manhã 08:00 09:00 fruta	*Pão de leite com nata e doce de frutas *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite com patê de frango *Leite ou Vitamina de frutas s/ açúcar *Fruta	*Pão de leite com presunto e queijo *Chá de ervas s/ açúcar *Fruta	Pão caseiro c/ nata *Leite ou Vitamina de frutas s/ açúcar *Fruta	FERIADO
Almoço 11:30	*Arroz *Feijão *Farofa de legumes *Iscas de carne refogada *Saladas	*Polenta cremosa *Arroz *Feijão *Frango ao molho *Saladas	*Arroz *Feijão *Pure de batata *Carne ao molho *Saladas	*Macarronada *Arroz *Feijão *Saladas	FERIADO
Lance da tarde 14:00	*Bolo de maçã com aveia *Suco de frutas	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	*Fruta (2 ou mias variedades)	FERIADO
Janta 16:00	*Sopa de feijão	*Sopa de legumes com frango	*Risoto de frango	*Sopa de feijão	FERIADO

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		599,43	99	24				
	66%	17%	18%					

Sandreline Donin Bender CRN-8 6197

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA-PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA *Urbana e Rural*

FAIXA ETÁRIA 4 a 10 anos

PERÍODO *Parcial*

ESCOLA MUNICIPAL DONA LEOPOLDINA

MARÇO/2024

1º Semana	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA 01/03
Merenda/ Horário					*MACARONADA *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		225,83	34,47g	8,4g	6,19g
			61%	14,8%	24,6%

2º Semana	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *FRANGO AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *FEIJÃO *PICADINHO SUÍNO *SALADAS	* PREPARAÇÃO CULINÁRIA “SAGU DE SUCO DE UVA” *SOBREMESA FRUTA	*PÃO COM CARNE AO MOLHO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE MOLHO COM LEGUMES *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		274,17	38,96g	11,17g	8,19g
			56,8%	16,2%	26,8%
3º Semana	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03
Merenda/ Horário	*MACARRONADA CASEIRA *SALADA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*PIPOCA *BISCOITO SORTIDOS *SUCO DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA	*PÃO COM OVOS MEXIDO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*PREPARAÇÃO CULINÁRIA “BOLACHA CASEIRA” *IOGURTE DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		292,18	46,19g	10,83g	7,28g
			63,2%	14,8%	22,4%
4º Semana	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03

Merenda/ Horário	*ARROZ *ESTROGONOFE DE CARNE *SALADAS	*SOPA DE LEGUMES *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*SANDUICHE COM PRESUNTO E QUEIJO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*GALINHADA *SALADAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		277,09	36,52g	10,74g	9,83g
		52,7%	15,5%	31,9%	
5º Semana	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *PEIXE COM LEGUMES *SALADA *SOBREMESA FRUTA	*PÃO COM MANTEIGA OU NATA *CAFÉ COM LEITE *SOBREMESA FRUTA	*PAIXÃO DE CRISTO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET

Sandreline Donin Bender CRN-8 6197

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA-PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA *Urbana e Rural*

FAIXA ETÁRIA 4 a 10 anos

PERÍODO *Parcial*

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO LORINI

MARÇO/2024

1º Semana	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA 01/03
Merenda/ Horário					*MACARONADA *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		225,83	34,47g	8,4g	6,19g
			61%	14,8%	24,6%

2º Semana	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *FRANGO AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *FEIJÃO *PICADINHO SUÍNO *SALADAS	*PÃO COM CARNE AO MOLHO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	* PREPARAÇÃO CULINÁRIA “SAGU DE SUCO DE UVA” *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO COM LEGUMES *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		274,17	38,96g	11,17g	8,19g
		56,8%	16,2%	26,8%	
3º Semana	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03
Merenda/ Horário	*MACARRONADA CASEIRA *SALADA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*PÃO COM OVOS MEXIDO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*PIPOCA *BISCOITO SORTIDOS *SUCO DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA	*PREPARAÇÃO CULINÁRIA “BOLACHA CASEIRA” *IOGURTE DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		292,18	46,19g	10,83g	7,28g
		63,2%	14,8%	22,4%	

4º Semana	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03
Merenda/ Horário	*ARROZ *ESTROGONOFE DE CARNE *SALADAS	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*SANDUICHE COM PRESUNTO E QUEIJO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*SOPA DE LEGUMES *SOBREMESA FRUTA	*GALINHADA *SALADAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		277,09	36,52g	10,74g	9,83g
		52,7%	15,5%	31,9%	
5º Semana	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*PÃO COM MANTEIGA OU NATA *CAFÉ COM LEITE *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *PEIXE COM LEGUMES *SALADA *SOBREMESA FRUTA	*PAIXÃO DE CRISTO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA-PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA *Urbana e Rural*

FAIXA ETÁRIA 4 a 10 anos

PERÍODO *Parcial*

ESCOLA MUNICIPAL MULTI EDUCAR

MARÇO/2024

1º Semana	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA 01/03
Merenda/ Horário					*MACARONADA *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		225,83	34,47g	8,4g	6,19g
			61%	14,8%	24,6%

2º Semana	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *FRANGO AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *FEIJÃO *PICADINHO SUÍNO *SALADAS	* PREPARAÇÃO CULINÁRIA “SAGU DE SUCO DE UVA” *SOBREMESA FRUTA	*PÃO COM CARNE AO MOLHO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE MOLHO COM LEGUMES *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		274,17	38,96g	11,17g	8,19g
			56,8%	16,2%	26,8%
3º Semana	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03
Merenda/ Horário	*MACARRONADA CASEIRA *SALADA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*PIPOCA *BISCOITO SORTIDOS *SUCO DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA	*PÃO COM OVOS MEXIDO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*PREPARAÇÃO CULINÁRIA “BOLACHA CASEIRA” *IOGURTE DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		292,18	46,19g	10,83g	7,28g
			63,2%	14,8%	22,4%
4º Semana	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03

Merenda/ Horário	*ARROZ *ESTROGONOFE DE CARNE *SALADAS	*SOPA DE LEGUMES *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*SANDUICHE COM PRESUNTO E QUEIJO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*GALINHADA *SALADAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		277,09	36,52g	10,74g	9,83g
		52,7%	15,5%	31,9%	
5º Semana	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Merenda/ Horário	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *PEIXE COM LEGUMES *SALADA *SOBREMESA FRUTA	*PÃO COM MANTEIGA OU NATA *CAFÉ COM LEITE *SOBREMESA FRUTA	*PAIXÃO DE CRISTO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET

Sandreline Donin Bender CRN-8 6197

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA-PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA *Urbana e Rural*

FAIXA ETÁRIA 4 a 10 anos

PERÍODO *Parcial*

ESCOLA MUNICIPAL RONDÔNIA

MARÇO/2024

1º Semana	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA 01/03
Merenda/ Horário					*MACARONADA *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		225,83	34,47g	8,4g	6,19g
			61%	14,8%	24,6%

2º Semana	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03
Merenda/ Horário	*PÃO COM CARNE AO MOLHO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *PICADINHO SUÍNO *SALADAS	*POLENTA CREMOSA *FRANGO AO MOLHO *SALADAS	* PREPARAÇÃO CULINÁRIA “SAGU DE SUCO DE UVA” *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO COM LEGUMES *SALADAS
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		274,17	38,96g	11,17g	8,19g
			56,8%	16,2%	26,8%
3º Semana	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03
Merenda/ Horário	*PÃO COM OVOS MEXIDO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*MACARRONADA CASEIRA *SALADA	*PIPOCA *BISCOITO SORTIDOS *SUCO DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA	*PREPARAÇÃO CULINÁRIA “BOLACHA CASEIRA” *IOGURTE DE FRUTAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		292,18	46,19g	10,83g	7,28g
			63,2%	14,8%	22,4%
4º Semana	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03

Merenda/ Horário	*SANDUICHE COM PRESUNTO E QUEIJO *SUCO DE FRUTAS OU CHÁ *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *ESTROGONOFE DE CARNE *SALADAS	*SOPA DE LEGUMES *SOBREMESA FRUTA	*GALINHADA *SALADAS *SOBREMESA FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		277,09	36,52g	10,74g	9,83g
		52,7%	15,5%	31,9%	
5º Semana	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Merenda/ Horário	*PÃO COM MANTEIGA OU NATA *CAFÉ COM LEITE *SOBREMESA FRUTA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*POLENTA CREMOSA *CARNE AO MOLHO *SALADAS	*ARROZ *PEIXE COM LEGUMES *SALADA *SOBREMESA FRUTA	*PAIXÃO DE CRISTO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET

Sandreline Donin Bender CRN-8 6197