

 CAPANEMA GOVERNO DO MUNICÍPIO Ciente aos Trabalhos, Cidade que Cresce.	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ CARDÁPIO* DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CMEIs ETAPA DE ENSINO: Berçário II, Maternal I e II; Infantil IV FAIXA ETÁRIA: 1 a 4 anos ou mais ZONA: Urbana PERÍODO: PARCIAL e INTEGRAL NECESSIDADES ALIMENTARES: sim*					 PNAE Programa Nacional de Alimentação Escolar
Semana 1 (02/06-06/06)/(30/06-04/07)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 8h	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite puro sem açúcar Banana	
Intolerantes lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal/margarina zero lactose Intolerantes ao glúten: pão sem glúten						
Almoço (Todas as turmas) 10h30	Arroz e feijão Carne moída ao molho Polenta cremosa Salada de repolho e cenoura ralada	Arroz e feijão Coxa-sobrecosta refogada Macarrão ao molho de tomate Chuchu e beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Carne bovada picada e cozida Batata cozida Alface e tomate	Arroz e feijão Carne suína refogada Batata doce assada em rodela Salada de repolho e abobrinha refogada	Arroz e feijão Macarrão com peito de frango desfiado e molho de tomate Salada de alface e tomate Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 13h30	Maçã	Laranja	Banana	Laranja	Maçã	
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h	Sopa de legumes com macarrão e carne bovina Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Pão com nata e doce de fruta sem açúcar Chá (casca de laranja e capim limão) Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Macarrão com molho de carne moída Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Sopa de feijão, cenoura e macarrão de letrinhas Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Pão francês com carne moída Chá (maçã com casca de laranja) Alérgicos a gluten: pão sem glúten	
Jantar (Berçário I) 15h		Macarrão ao molho de tomate com coxa sobrecosta Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo			Risoto de frango desfiado com legumes	
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Laranja	Maçã	Poncan	Banana	Laranja	
Semana 2 (09/06-13/06)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 8h	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão	
Intolerantes lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal/margarina zero lactose Intolerantes ao glúten: pão sem glúten						
Almoço (Todas as turmas) 10h30	Arroz e feijão Carne moída refogada Macarrão alho e óleo e cheiro verde Cenoura e repolho ralado e refogados Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Carne suína refogada Polenta cremosa Repolho ralado	Arroz e feijão Picadinho de carne de patinho Purê de batata Alface e tomate	Arroz e feijão Coxa sobrecosta assada Mandioca cozida Chuchu cozido	Arroz e feijão Macarrão com carne moída e molho de tomate Beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 13h30	Maçã	Laranja	Banana	Laranja	Maçã	
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h	Arroz, omelete com legumes e chá Alérgicos a ovo: carne moída refogada	Pão francês com molho de frango (peito desfiado e refogado com molho de tomate e cebola) Chá (casca de laranja e maçã com cravo) Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Sopa de legumes, batata e coxa sobrecosta	Polenta com cubos de peito de frango ao molho	Bolinho de arroz + chá (casca de laranja com capim cidreira) Alérgicos a gluten/ovo: substituir a farinha por amido de milho, retirar ovo da receita, acrescentando chuchu ralado.	
Jantar (Berçário I) 15h		Macarrão com molho de peito de frango e legumes Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo			Arroz e carne moída com legumes	
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Laranja	Maçã	Poncan	Maçã	Laranja	
Semana 3 (16/06-18/06)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV)	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana			

8h	Intolerantes lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal/margarina zero lactose Intolerantes ao glúten: pão sem glúten			Feriado e recesso	
Almoço (Todas as turmas) 10h30	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa refogada Macarrão ao molho de tomate Salada de repolho Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Carne moída Batata doce refogada Abobrinha e cenoura ralada	Arroz e feijão Carne suína Polenta Repolho e tomate		
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 13h30	Maçã	Laranja	Banana		
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h	Sopa de feijão, cenoura e macarrão de letrinhas Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Pão frances com nata e doce de fruta e chá quente Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Macarrão com peito de frango desfiado ao molho Salada verde Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo		
Jantar (Berçário I) 15h		Purê de batata doce e carne moída refogada			
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Laranja	Poncan	Banana		
Semana 4 (23/06-27/06)	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 8h	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão	Pão caseiro com manteiga, leite puro sem açúcar Maçã	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Banana	Pão caseiro com nata, leite com cacau sem açúcar Mamão
	Intolerantes lactose: leite zero lactose/requeijão zero APLV: bebida vegetal/margarina zero lactose Intolerantes ao glúten: pão sem glúten				
Almoço (Todas as turmas) 10h30	Arroz e feijão Coxa sobrecoxa ao molho Batata assada (cortada em quatro partes) Salada de repolho e cenoura ralada	Arroz e feijão Macarrão com peito de frango ao molho de tomate Cenoura e beterraba cozida Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Carne suína refogada Polenta cremosa Alface e tomate	Arroz e feijão Macarrão com carne moída Repolho e tomate Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Arroz e feijão Carne moída Mandioca cozida Chuchu cozido e abobrinha
Lanche da tarde I (apenas Berçário II integral) 13h30	Maçã	Laranja	Banana	Laranja	Maçã
Jantar (Berçário II, Maternal I e II, Infantil IV) 15h	Macarrão com carne moída Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo	Pão caseiro com doce de fruta sem açúcar e chá de limão com casca de laranja	Sopa de legumes, macarrão de letrinhas e coxa sobrecoxa Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem ovo e glúten	Pão frances com ovo mexido e chá de camomila Alérgicos a gluten: pão sem glúten	Sopa de feijão, cenoura, músculo e macarrão cabelo de anjo Alérgicos a gluten/ovo: macarrão sem glúten/ovo
Jantar (Berçário I) 15h		Macarrão com molho de peito de frango			
Lanche da tarde II (Todas as turmas) 16h30	Maçã	Poncan	Laranja	Banana	Laranja
*O cardápio poderá ser alterado conforme disponibilidade dos alimentos e autorização prévia do Setor de Nutrição da SEMEC; **Os alimentos considerados alergênicos ou não tolerados serão substituídos mediante laudos; Não engrossar o feijão com farinha devido alergicos ao glúten. ***As bebidas NÃO PODEM ser adoçadas com açúcar, somente com frutas. *****O cardápio foi elaborado com base na Resolução FNDE/PNAE 06/2020 e as leis vigentes da alimentação escolar.					
Caroline Maliska Klauck (Nutricionista PNAE - CRN8/12586)			Tatiana Ferrari Ghizoni (Nutricionista RT PNAE - CRN8/3180)		
Cálculo do Cardápio	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Calcio, Ferro, Vit A e C
Média Semanal	768 kcal	130 g	32 g	14 g	204 mg, 4 mg, 915 mg, 48 mg