

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL

CARDÁPIO

SEM LACTOSE - SL

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

ABRIL - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 01	TERÇA - FEIRA 02	QUARTA - FEIRA 03	QUINTA - FEIRA 04	SEXTA - FEIRA 05			
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana			
Almoço 10h30min	*Quirera com peito *Arroz bem cozido *Feijão preto *Cenoura bem cozida *Banana (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Feijão carioca *Carne moída ao molho *Polenta cremosa *Beterraba bem cozida *Melancia (sobremesa)	*Risoto colorido com peito *Feijão preto *Brócolis *Laranja (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Lentilha *Carne bovina desfiada *Polenta cremosa *Beterraba bem cozida *Maça (sobremesa)	*Arroz int. bem cozido *Feijão preto *Batata cozida c/ orégano *Coxa ao molho desfiada *Cenoura *Melão (sobremesa)			
Adaptação soneca: 11:00	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml			
Lanche tarde: 13h00min	*Maça	*Banana	*Melão	*Laranja	*Melancia			
Jantar 15h00min	*Sopa de legumes com peito desfiado, e macarrão cabelo de anjo	*Batata cozida ensopada com carne moída, conoura e tomate	*Sopa de feijão com carne bovina desfiada, legumes e macarrão cabelo de anjo	*Risoto com peito de frango desfiado, abobrinha e brócolis	*Polentinha cremosa com ovo e cenoura			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 15% à 30% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	475,28Kcal	70g	20g	16g	191mg	5mg	350mcg	36mg

OBS: PERÍODO DE ADAPTAÇÃO É SOMENTE DE FEVEREIRO À ABRIL, APÓS SERÃO RETIRADAS AS MAMADAS DESSE HORÁRIO.

* AS SALADAS DEVEM SER OFERTADAS SEM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE E CADA CRIANÇA.



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 08	TERÇA - FEIRA 09	QUARTA - FEIRA 10	QUINTA - FEIRA 11	SEXTA - FEIRA 12			
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana			
Almoço 10h30min	*Risoto colorido c/ abobrinha *Feijão preto *Cenoura bem cozida *Banana (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Feijão preto *Carne bovina desfiada *Batata com orégano *Couve flor bem cozida *Maça (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Feijão carioca *Chuchu bem cozido *Mamão (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Feijão preto *Peito desfiado *Polenta cremosa *Cenoura *Abacaxi (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Feijão preto *Batata doce cozida *Carne bovina desfiada *Chuchu bem cozido *Manga (sobremesa)			
Adaptação soneca: 11:00	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml			
Lanche tarde: 13h00min	*Maça	*Banana	*Manga	Mamão	*Abacaxi			
Jantar 15h00min	*Sopa de feijão com carne bovina, legumes e macarrão cabelo de anjo	*Creme de mandioca com carne bovina desfiada e cenoura	*Polentinha cremosa com carne moída e cenoura	*Sopa de legumes com peito desfido e macarrão cabelo de anjo	*Canja com biju e abobrinha			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 15% à 30% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	475,65 Kcal	75g	23g	17g	182mg	4mg	365mcg	35mg

OBS: PERÍODO DE ADAPTAÇÃO É SOMENTE DE FEVEREIRO À ABRIL, APÓS SERÃO RETIRADAS AS MAMADAS DESSE HORÁRIO.

* AS SALADAS DEVEM SER OFERTADAS SEM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE E CADA CRIANÇA.



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 15	TERÇA - FEIRA 16	QUARTA - FEIRA 17	QUINTA - FEIRA 18	SEXTA - FEIRA 19			
Café da manhã 08h00min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça gala	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Mamão	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça			
Almoço 10h00min	*Arroz bem cozido e feijão preto *Carne suína desfiada *Guisado de abóbora *Beterraba bem cozida *Banana (sobremesa)	*Arroz bem cozido e Lentilha *Peito desfiado ao molho *Mac. Cabelo de anjo *Alface bem fininha *Melancia (sobremesa)	*Arroz bem cozido e feijão preto *Carne moída *Legumes refogados (Abobrinha, cenoura, brócolis e batata) *Maça (sobremesa)	*Quirera com carne suína *Arroz bem cozido *Feijão preto *Couve flor e beterraba bem cozida *Laranja (sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão preto *Batata ensopada *Cenoura e Brócolis *Kiwi (sobremesa)			
Adaptação soneca: 11:00	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml			
Lanche tarde: 13h00min	*Maça	*Banana	*Laranja	*Kiwi	*Melancia			
Jantar 15h00min	*Sopa de legumes com carne bovina desfiada e macarrão cabelo de anjo	*Risoto com carne moída e legumes	*Sopa de lentilha com carne suína e legumes e mac. cabelo de anjo	*Sopa de arroz com frango e legumes	*Polentina cremosa com peito de frango e couve flor			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 15% à 30% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	476,20 Kcal	68g	18g	15g	186mg	4mg	350mcg	37mg

OBS: PERÍODO DE ADAPTAÇÃO É SOMENTE DE FEVEREIRO À ABRIL, APÓS SERÃO RETIRADAS AS MAMADAS DESSE HORÁRIO.

* AS SALADAS DEVEM SER OFERTADAS SEM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE E CADA CRIANÇA.

SEM LACTOSE - SL
BERÇÁRIO I (6-11 MESES)
ABRIL - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 22	TERÇA - FEIRA 23	QUARTA - FEIRA 24	QUINTA - FEIRA 25	SEXTA - FEIRA 26			
Café da manhã 08h00min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça			
Almoço 10h00min	*Arroz bem cozido, feijão preto *Carne suína desfiada *Macarrão cab. de anjo *Beterraba bem cozida *Ponkan (sobremesa)	*Arroz integral bem cozido e feijão preto *Coxa desfiada *Batata doce cozida *Chuchu bem cozido *Maça (sobremesa)	*Quirera com carne suína desfiada Arroz bem cozido *Feijão preto *Cenoura bem cozida *Banana (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Feijão carioca *Carne moída ao molho *Polenta cremosa *Couve flor bem cozida *Abacaxi (sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão preto *Purê de batata *Cenoura *Manga (sobremesa)			
Adaptação soneca: 11:00	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml			
Lanche tarde: 13h00min	*Banana	*Ponkan	*Maça	*Manga	*Abacaxi			
Jantar 15h00min	*Sopa de legumes com peito desfiado e macarrão cabelo de anjo	*Creme de mandioca com carne suína desfiada e cenoura	*Polenta de milho verde com carne moída	*Canja com biju e abobrinha	*Sopa de feijão com carne bovina desfiada, legumes e macarrão cabelo de anjo			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 15% à 30% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	476,15 Kcal	72g	24g	17g	195mg	5mg	185mcg	36mg

OBS: PERÍODO DE ADAPTAÇÃO É SOMENTE DE FEVEREIRO À ABRIL, APÓS SERÃO RETIRADAS AS MAMADAS DESSE HORÁRIO.

* AS SALADAS DEVEM SER OFERTADAS SEM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE E CADA CRIANÇA.

CARDÁPIO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE MANGUEIRINHA – PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
MODALIDADE DE ENSINO INTEGRAL

SEM LACTOSE - SL



BERÇÁRIO I (6-11 MESES)

ABRIL - 2024

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 29	TERÇA - FEIRA 30	QUARTA - FEIRA 01 FERIADO	QUINTA - FEIRA 02	SEXTA - FEIRA 03			
Café da manhã 08h00min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana		*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Maça	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana			
Almoço 10h00min	*Arroz bem cozido, feijão preto *Carne suína desfiada *Quirera *Beterraba bem cozida *Maça (sobremesa)	*Arroz bem cozido e lentilha *Coxa desfiada c/ batata *Brócolis bem cozido *Morango (sobremesa)		*Arroz bem cozido *Feijão preto *Carne moída ao molho *Polenta cremosa *Couve flor bem cozida *Banana (sobremesa)	*Arroz bem cozido *Feijão preto *Mac. Cabelo de anjo *Cenoura *Melão (sobremesa)			
Adaptação soneca: 11:00	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml		*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml			
Lanche tarde: 13h00min	*Laranja	*Banana		*Melão	*Maça			
Jantar 15h00min	*Sopa de legumes com oito de frango e macarrão cabelo de anjo	*Poolentinha cremosa c/ cenoura e carne moída		*Sopa de feijão com carne bovina desfiada, legumes e macarrão cabelo de anjo	*Sopa de arroz com frango e legumes			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 475	CHO (g) 55% à 65% do VET 65g à 77g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 25g	LPD (g) 15% à 30% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	475 Kcal	76g	24g	15g	210mg	4mg	345mcg	48mg

**Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.

OBS: PERÍODO DE ADAPTAÇÃO É SOMENTE DE FEVEREIRO À ABRIL,
APÓS SERÃO RETIRADAS AS MAMADAS DESSE HORÁRIO.

Vanessa Pan
Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

* AS SALADAS DEVEM SER OFERTADAS SEM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO
PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE E CADA CRIANÇA.