

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)
FEVEREIRO - 2024**



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 05 FÉRIAS	TERÇA - FEIRA 06	QUARTA - FEIRA 07	QUINTA - FEIRA 08	SEXTA - FEIRA 09			
Café da manhã 07h45min		*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Laranja	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Melancia	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Abacaxi			
Almoço 10h30min		*Arroz *Feijão preto *Carne moída c/ molho *Polenta cremosa *Cenoura bem cozida *Melancia (sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão preto *Brócolis bem cozido *Abacaxi (sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Tiápia refogada *Batata ensopada *Beterraba bem cozida *Banana (sobremesa)	*Quirera com peito de frango *Feijão carioca *Abobrinha refogada *Cenoura bem cozida *Laranja (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	*Abacaxi	*Melancia			
Jantar 15h00min		*Sopa de feijão com frango, legumes e macarrão cabelo de anjo	*Batata cozida com carne moída, conoura e tomate	*Polentinha cremosa com ovo e cenoura	*Risoto com carne moída, abobrinha e brócolis			
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)
	477,96 kcal	65,93g	15,37g	18,29g	197mg	4mg	336mcg	52mg

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)

FEVEREIRO - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 12 RECESSO	TERÇA - FEIRA 13 RECESSO	QUARTA - FEIRA 14 RECESSO	QUINTA - FEIRA 15	SEXTA - FEIRA 16			
Café da manhã 07h45min				*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Melão			
Almoço 10h30min				*Arroz *Feijão preto *Carne moída c/ molho *Macarrão cabelo de anjo *Cenoura bem cozida *Melão (sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Ovo mexido *Batata doce assada *Pepino e Brócolis *Banana (sobremesa)			
Adaptação soneca: 11:00				*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 90ml			
Lanche tarde: 13h00min				*Melão	*Banana			
Jantar 15h00min				*Polentina cremosa com peixe ensopado e cenoura	*Creme de mandioca com carne bovina desfiada *Beterraba bem cozida			
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)
	476,11 Kcal	68,87g	15,51g	16,44g	200mg	4mg	412mcg	54mg

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.

**BERÇÁRIO I (6-11 MESES)
FEVEREIRO - 2024**



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 19	TERÇA - FEIRA 20	QUARTA - FEIRA 21	QUINTA - FEIRA 22	SEXTA - FEIRA 23			
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 *Kiwi	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 180ml *Mamão	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L) 180ml *Manga			
Almoço 10h00min	*Carreteiro de carne bovina desfiada *Feijão preto *Couve flor bem cozida *Mamão (sobremesa)	*Arroz *Lentilha *Carne suína refogada *Abobrinha refogada *Cenoura bem cozida *Manga (sobremesa)	*Batata ensopada *Ovo cozido *Feijão preto *Beterraba bem cozida *Couve flor bem cozida *Maça (sobremesa)	*Quirera com carne suína *Feijão carioca *Abobrinha refogada *Cenoura bem cozida *Banana (sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão preto *Beterraba bem cozida *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	*Kiwi	*Banana	*Manga	*Mamão			
15h00min	*Sopa de legumes com carne bovina desfiada e macarrão cabelo de anjo	*Risoto com carne moída, abobrinha e brócolis	*Sopa de lentilha com carne suína e legumes	*Polentina cremosa com peito de frango e couve flor	*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)
	475,53 Kcal	66,48g	16,28g	19,04g	193mg	4mg	295mcg	70mg

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) FEVEREIRO - 2024



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 26	TERÇA - FEIRA 27	QUARTA - FEIRA 28	QUINTA - FEIRA 29	SEXTA - FEIRA 01/03			
Café da manhã 08h00min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Banana	*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 *Melancia	*Leite materno ou fórmula infantil específica (S/L)180ml *Manga			
Almoço 10h00min	*Feijão preto *Carne moída c/ molho *Polenta cremosa *Brócolis bem cozido *Laranja (sobremesa)	*Arroz *Lentilha *Carne suína refogada *Batata ensopada *Cenoura bem cozida *Banana (sobremesa)	*Risoto colorido *Feijão preto *Brócolis bem cozido *Abacaxi (sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Ovo mexido *Batata doce cozida *Chuchu bem cozido *Manga (sobremesa)	*Macarrão cabelo de anjo *Feijão preto *Peito de frango c/ molho *Brócolis bem cozido *Melancia (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	*Mamão	*Banana	*Laranja	*Manga	*Abacaxi			
Jantar 15h00min	*Sopa de feijão com carne bovina desfiada, legumes e macarrão cabelo de anjo	*Polentinha de milho verde com carne moída	*Sopa de legumes com carne bovina desfiada e macarrão cabelo de anjo	*Creme de mandioca com peito de frango desfiado e cenoura	*Polentinha cremosa com carne moída e Brócolis			
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)
	478,10 Kcal	70,08g	17,30g	16,71g	192mg	3mg	368mcg	53mg

**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: 69800

* 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.