

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			ABRIL/2025					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 31	TERÇA-FEIRA 01	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 02		QUINTA-FEIRA 03		SEXTA-FEIRA 04	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica *Banana em pedaços	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne moída ao molho *Polenta cremosa *Repolho e cenoura *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Carne suína refogada *Farofa colorida *Repolho e tomate *Morango (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Tilápia assada/refogada *Batata com orégano *Alface e couve flor *Maçã (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne moída ao molho *Macarrão espaguete integral ao alho e óleo *Repolho, tomate e cenoura *Abacaxi (Sobremesa)		*Risoto colorido com peito de frango desfiado *Feijão preto *Omelete com legumes (forno) *Tomate com grão de bico *Salada de abobrinha *Manga (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Banana	*Maçã	*Morango		*Manga		*Abacaxi	
Jantar 15h30	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha e tomate) c/ coxa desfiada e macarrão	*Macarrão penne com carne moída e salada de alface bem fininha com tomate	*Canja de frango desfiado com cenoura, batata, abobrinha, couve flor e biju		*Quirera c/ carne suína desfiada e cenoura, salada de repolho *Feijão c/ bastante caldo		*Arroz bem ensopado com carne moída e cenoura *Feijão bastante caldo	
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) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	474,8 kcal	72 g	16 g	15 g	198 mg	6 mg	109 mcg	65 mg
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR								

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

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

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			ABRIL/2025					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11			
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Pera em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Pera em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços			
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com carne suína *Tomate, cenoura e repolho *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão parafuso com coxa ao molho *Alface e beterraba cozida *Melancia (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Carne suína *Milho verde refogado *Tomate e brócolis *Laranja bahia (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne moída com molho *Batata doce *Tomate e cenoura cozida *Maçã (Sobremesa)	*Risoto colorido com frango *Feijão preto *Purê de batata *MIX: Repolho, couve, tomate e cenoura *Morango (Sobremesa)			
Lanche 13h	*Morango	*Banana	*Melancia	*Laranja	*Maçã			
Jantar 15h30	*Risoto colorido com frango e feijão e salada de repolho	*Carreteiro colorido com carne moída e salada de tomate	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha e tomate) com frango e macarrão cabelo de anjo	*Polenta cremosa com peixe ensopado e salada de alface picada e tomate	*Sopa de legumes/feijão (batata, cenoura, abobrinha e tomate) com frango 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) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	474,4 kcal	70 g	17 g	16 g	235 mg	5 mg	145 mcg	88 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

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

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			ABRIL/2025					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	SABORES DA TERRA QUARTA-FEIRA 16		QUINTA-FEIRA 17		SEXTA-FEIRA 18	
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços		RECESSO <			

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

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

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			ABRIL/2025					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24		SEXTA-FEIRA 25		
Café da manhã 07h45min	FERIADO	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Maçã em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Maçã em pedaços		*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços		
Almoço 10h30min	FERIADO	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina acebolada *Farofa colorida com ovo *Tomate e brócolis *Banana (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Coxa ao molho *Batata doce *Alface e couve-flor *Ameixa (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Macarrão caseiro com carne moída ao molho *Beterraba e brócolis *Morango (Sobremesa)		*Risoto colorido c/ peito de frango *Feijão preto *Purê de batata *Tomate c/ grão-de-bico e cenoura *Mamão (Sobremesa)		
Lanche 13h	FERIADO	*Ameixa	*Morango	*Manga		*Maçã		
Jantar 15h30	FERIADO	*Risoto colorido com frango e feijão (bastante caldo) e salada de couve-flor	*Creme de mandioca com carne bovina desfiada e brócolis	*Polenta com carne moída ao molho e salada de repolho com cenoura		*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha e tomate) c/ coxa desfiada e macarrão		
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) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	475 kcal	71 g	16 g	16 g	234 mg	6 mg	66 mcg	85 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

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

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

BERÇÁRIO I (6-11 MESES)			ABRIL/2025					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA 01		SEXTA-FEIRA 02		
Café da manhã 07h45min	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Banana em pedaços	*Leite materno ou fórmula infantil específica (180ml) *Maçã em pedaços	CONSELHO DE CLASSE	FERIADO		RECESSO		
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Peito desfiado com molho *Polenta *MIX: Tomate, cenoura e acelga *Melão (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Carne em cubos ao molho *Macarrão espaguete *Repolho e beterraba cozida *Banana (Sobremesa)	CONSELHO DE CLASSE	FERIADO		RECESSO		
Lanche 13h	*Banana	*Melão	CONSELHO DE CLASSE	FERIADO		RECESSO		
Jantar 15h00	*Canja com carne bovina desfiada com cenoura, batata, abobrinha, couve flor e biju	*Quirera com peito desfiado e cenoura	CONSELHO DE CLASSE	FERIADO		RECESSO		
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) 20% à 35% do VET 13g à 18g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	475,5 kcal	70 g	18 g	15 g	213 mg	7 mg	45 mcg	57 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**


Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

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

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

Consistência das preparações:

- * Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- * Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- * Macarrão: cozido, macio e úmido;
- * Polenta: bem cozida, lisa e úmida;
- * Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- * Frutas: podem ser oferecidas raspadas com uma colher, amassadas com um garfo ou em pedaços pequenos;
- * Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- * Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- * Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados.
- * Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).

Vanessa Pan - CRN8 - 9800 Nutricionista RT



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

E lembrem-se:

- * Cabelos bem presos e totalmente protegidos com rede ou touca;
- * Unhas curtas, limpas e sem esmalte;
- * Roupas/uniformes limpos;
- * Sapatos fechados e limpos;
- * Não usar adornos (jóias, bijouterias, relógios, etc);
- * Não utilizar maquiagem no ambiente de trabalho;
- * Manter uma boa higiene pessoal de modo geral (ducha antes do trabalho, escovar dentes regularmente, etc);
- * Realizar a lavagem das mãos da maneira correta e com frequência (ao sair e ao chegar, antes de preparar alimentos, ao tossir, espirrar ou assoar o nariz, após usar o banheiro, após mexer com lixo e restos alimentares, após manusear dinheiro ou outros objetos, após fumar, sempre que mudar de atividade);
- * Em caso de ferimentos nas mãos, procurar ser direcionado para outra função que não exija contato com alimentos, até completa cicatrização;
- * Manter as portas e janelas teladas fechadas;
- * Fazer a correta higienização dos alimentos;
- * Manter produtos de higiene armazenados em local próprio e longe de alimentos;
- * Ao manusear estes produtos (de limpeza), utilizar luvar de borracha;
- * Não higienizar utensílios e manipular alimentos no mesmo local;
- * Não realizar a limpeza do local durante a preparação dos alimentos;
- * Ficar sempre atentos à data de validade dos produtos, utilizando-os no tempo correto (ou devolvendo-os para redistribuição), evitando assim desperdícios e mantendo a qualidade das refeições.

Vanessa Pan - CRN8 - 9800 Nutricionista RT

*AS SALADAS PODEM SER
OFERTADAS COM TEMPERO

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

*PARA SOPAS UTILIZAR
OS LEGUMES DISPONÍVEIS