

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

**CARDÁPIO-** *Educação Infantil e Ensino Fundamental*

**ZONA** *Urbana e Rural*

**FAIXA ETÁRIA** 4 a 10 anos

**PERÍODO** *Parcial*

**JULHO 2022**

1º Semana	2ª FEIRA 04/07	3ª FEIRA 05/07	4ª FEIRA 06/07	5ª FEIRA 07/07	6ª FEIRA 08/07
<b>Merenda/ Horário</b>	*ARROZ *FEIJAO *CARNE MOIDA C/ LEGUMES *SALADA	*POLENTA *MOLHO DE FRANGO *SALADA	*ARROZ CARRETEIRO *SALADA	*SOPA DE FEIJAO *BATATA DOCE *LARANJA	*TORTA DE FRANGO *FRUTA
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	310.43	44.19g	16.77g	7.63g	
		56.9%	21.6%	22.1%	

<b>2º Semana</b>	<b>2ª FEIRA 11/07</b>	<b>3ª FEIRA 12/07</b>	<b>4ª FEIRA 13/07</b>	<b>5ª FEIRA 14/07</b>	<b>6ª FEIRA 15/07</b>
<b>Merenda/ Horário</b>	<b>*MACARRONADA *SALADA</b>	<b>*ARROZ *FEIJAO *CARNE GADO *SALADA</b>	<b>*TORTA DE BOLACHA *FRUTA</b>		
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		175.89*	29.23g*	6.11g*	4.10g*
		66.4%*	13.9%*	21%*	
<b>3º Semana</b>	<b>2ª FEIRA 18/06</b>	<b>3ª FEIRA 19/06</b>	<b>4ª FEIRA 20/06</b>	<b>5ª FEIRA 21/06</b>	<b>6ª FEIRA 22/06</b>
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		-	-	-	-
		-	-	-	
<b>4º Semana</b>	<b>2ª FEIRA 25/07</b>	<b>3ª FEIRA 26/07</b>	<b>4ª FEIRA 27/07</b>	<b>5ª FEIRA 28/07</b>	<b>6ª FEIRA 29/07</b>
<b>Merenda/ Horário</b>		<b>*MACARRONADA *SALADA *LARANJA</b>	<b>*ARROZ *FEIJAO *BOLINHO DE PEIXE *SALADA</b>	<b>*POLENTA *MOLHO DE FRANGO *SALADA</b>	<b>*PAO FRANCES *CARNE MOIDA C/ MOLHO *SUCO DE UVA OU POLPA OBS: Salada sem tempero para pôr no pão.</b>
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		250.45	35.64g*	13.08g*	6.31g*
		56.9%*	20.9%*	22.7%*	

**Nutricionista: Juliana Gonçalves de Oliveira CRN-8 14283**