

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*

JUNHO 2022

| 1º Semana | 2ª FEIRA 06/06 | 3ª FEIRA 07/06 | 4ª FEIRA 08/06 | 5ª FEIRA 09/06 | 6ª FEIRA 10/06 |
|---|------------------------|--|---|-----------------------|-----------------------------|
| Merenda/ Horário | *MANDIOCADA *SALADA | *ARROZ *FEIJÃO *CARNE DE GADO (pedaço) *SALADA | *SOPA DE FEIJAO *(folhosos verde escuro) | *GALINHADA *SALADA | *BOLO *IOGURTE *FRUTA |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 344.51 | 52.86g | 17.92g | 9.15g |
| | | | 61% | 20% | 24% |

| 2º Semana | 2ª FEIRA 13/06 | 3ª FEIRA 14/06 | 4ª FEIRA 15/06 | 5ª FEIRA 16/06 | 6ª FEIRA 17/06 |
|---|---------------------------------|--|--|--|--|
| Merenda/ Horário | *MACARRONADA *SALADA | *ARROZ *FEIJAO *CARNE MOIDA C/ LEGUMES *SALADA | *TORTA DE MILHO SALGADA *FRUTA | X | X |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 189.24* | 22.11g* | 10.48g* | 6.77g* |
| | | | 46%* | 22%* | 32%* |
| 3º Semana | 2ª FEIRA 20/06 | 3ª FEIRA 21/06 | 4ª FEIRA 22/06 | 5ª FEIRA 23/06 | 6ª FEIRA 24/06 |
| Merenda/ Horário | *MANDIOCADA *SALADA | *ARROZ BRANCO *FEIJOADA (carne suína) *SALADA *FAROFA | *POLENTA *MOLHO DE FRANGO *SALADA | *GALINHADA *SALADA | *PÃO FRANCES *MOLHO C/ CARNE MOIDA *FRUTA |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 259.12 | 39.32g | 16.16g | 8.17g |
| | | | 60% | 24% | 28% |
| 4º Semana | 2ª FEIRA 27/06 | 3ª FEIRA 28/06 | 4ª FEIRA 29/06 | 5ª FEIRA 30/06 | 6ª FEIRA 01/07 |
| Merenda/ Horário | *MACARRONADA *SALADA | *ARROZ *FEIJAO *CARNE MOIDA C/ LEGUMES *SALADA | *SOPA DE LEGUMES C/ FRANGO | *ARROZ CARRETEIRO *SALADA | *SOPA DE FEIJAO *LARANJA *(folhosos verde escuro) |
| | | Energia | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |

| | | | | | |
|---|-----------------|---------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Composição nutricional (Média semanal) | | (Kcal) | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 334.68 | 52.57g | 18.15g | 5.8g |
| | | | 62% | 21% | 15,5% |
| 5º Semana | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| Merenda/ Horário | | | | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | | | | |

Nutricionista: Juliana Gonçalves de Oliveira CRN-8 14283