

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

**CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO** *Educação Infantil e Ensino Fundamental*

**ZONA** *Urbana e Rural*

**FAIXA ETÁRIA** 4 a 10 anos

**PERÍODO** *Parcial*

**AGOSTO DE 2021**

1º Semana	2ª FEIRA 02/08	3ª FEIRA 03/08	4ª FEIRA 04/08	5ª FEIRA 05/08	6ª FEIRA 06/08
<b>Tipo de Refeição/ Horário</b>	SOPA DE LEGUMES E FRANGO	FEIJÃO PRETO, ARROZ, EMPANADO DE PEIXE E SALADA	BOLACHA E CAFÉ COM LEITE, LARANJA	ARROZ CARRETEIRO COM SALADA	BOLO DE FUBÁ SEM COBERTURA COM CHÁ
<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	
		290	39.9g	11.5g	9.54g
		82%	123%	117%	

<b>2ª Semana</b>	<b>2ª FEIRA 09/08</b>	<b>3ª FEIRA 10/08</b>	<b>4ª FEIRA 11/08</b>	<b>5ª FEIRA 12/08</b>	<b>6ª FEIRA 13/08</b>
<b>Tipo de Refeição/ Horário</b>	MACARRONADA COM SALADA	FEIJÃO CARIOCA , ARROZ, CARNE DE PORCO E SALADA	PÃO COM CARNE MOÍDA , CHÁ E MAMÃO	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SALADA	IOGURTE DE MORANGO COM BISCOITO DOCE E SALGADO
<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
		284kcal	46.43g	12.78g	5.24g
			95%	136%	95%
<b>3ª Semana</b>	<b>2ª FEIRA 16/08</b>	<b>3ª FEIRA 17/08</b>	<b>4ª FEIRA 18/08</b>	<b>5ª FEIRA 19/08</b>	<b>6ª FEIRA 20/08</b>
<b>Tipo de Refeição/ Horário</b>	SOPA DE LEGUMES E FRANGO	FEIJÃO PRETO, ARROZ, CARNE DE GADO E SALADA	BOLACHA COM LEITE ACHOCOLATADO E BANANA	GALINHADA COM SALADA	SAGÚ DE SUCO DE UVA
<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
		310kcal	44.51g	11.39g	10.06g
			91%	121%	134%

4ª Semana	2ª FEIRA 23/08	3ª FEIRA 24/08	4ª FEIRA 25/08	5ª FEIRA 26/08	6ª FEIRA 27/08
Tipo de Refeição/ Horário	MACARRONADA COM SALADA	FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, EMPANADO DE PEIXE E SALADA	PÃO COM NATA E DOCE DE FRUTAS, CHÁ E MAÇA	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO E SALADA	TORTA DE BOLACHA
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
		235kcal	34.92g	10.39g	5.88g
			72%	111%	78%
5ª Semana	2ª FEIRA 30/08	3ª FEIRA 31/08	4ª FEIRA 01/09	5ª FEIRA 02/09	6ª FEIRA 03/09
Tipo de Refeição/ Horário	SOPA DE LEGUMES E FRANGO	FEIJÃO PRETO, ARROZ, CARNE DE PORCO, MANDIOCA E SALADA	BOLACHA E CAFÉ COM LEITE, BANANA	ARROZ CARRETEIRO COM SALADA	SAGÚ DE SUCO DE UVA
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
		300kcal	55g	11.45g	9.92g
			113%	122%	130%

Nutricionista: Lilian Aline da Rosa Mohr CRN8/: 5362