

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

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA *01 - 4 anos*

PERÍODO *integral*

JULHO/2021

1ª SEMANA	2ª FEIRA 28/06	3ª FEIRA 29/06	4ª FEIRA 30/06	5ª FEIRA 01/07	6ª FEIRA 02/07			
Café da manhã 08:30	Pão Francês com carne moída e batida de leite com fruta	Pão caseiro nata e melado, café com leite e fruta	Cuca, café com leite e fruta	Bolacha caseira com café com leite, fruta	Pão caseiro com omelete café com leite e fruta			
Almoço 11:30	Feijão, arroz, carne de porco, mandioca e salada	Sopa de frango com legumes	Feijão, arroz, empanado de peixe, batatinha cozida e salada	Macarronada com salada	Feijão, arroz, carne de gado, macarrão cozido e salada			
Lanche da tarde 14:00	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00	Sopa de mandioca com carne de panela	Sopa de feijão	Sopa de legumes com frango	Sopa de fubá	Bolo de chocolate com chá			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	g	g	g					
	%	%	%					

Lilian Aline da Rosa Mohr CRN8/ 5362

2ª SEMANA	2ª FEIRA 05/07	3ª FEIRA 06/07	4ª FEIRA 07/07	5ª FEIRA 08/07	6ª FEIRA 09/07			
Café da manhã 08:30	Pão Francês com carne moída e batida de leite com fruta	Cuca, café com leite e fruta	Pão caseiro nata e doce, chá e fruta	Bolacha caseira com café com leite, fruta	logurte com rosquinha			
Almoço 11:30	Feijão, arroz, carne de gado, batata cozida e salada	Sopa de frango com legumes	Feijão, arroz, carne porco, mandioca cozida e salada	Polenta com molho de frango e salada	Feijão, arroz, carne de panela, macarrão e salada			
Lance da tarde 14:00	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00	Sopa de legumes com frango	Sopa de fubá	Sopa de arroz com carne de gado	Sopa de feijão	logurte com rosquinha			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		g	g	g				
		%	%	%				
Lilian Aline da Rosa Mohr CRN8/ 5362								

4ª SEMANA	2ª FEIRA 19/07	3ª FEIRA 20/07	4ª FEIRA 21/07	5ª FEIRA 22/07	6ª FEIRA 23/07			
Café da manhã 08:30			Bolacha caseira com chá e fruta	Cuca caseira com café com leite, fruta	Pão caseiro omelete café com leite			
Almoço 11:30			Feijão, arroz, carne porco, mandioca cozida e salada	Galinhada com salada	Arroz, feijão, carne ao molho e salada			
Lanche da tarde 14:00			Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00			Sopa de fubá	Sopa de feijão	Wafle com leite achocolatado			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	g	g	g					
		%	%	%				

Lilian Aline da Rosa Mohr CRN8/ 5362

5ª SEMANA	2ª FEIRA 26/07	3ª FEIRA 27/07	4ª FEIRA 28/07	5ª FEIRA 29/07	6ª FEIRA 30/07			
Café da manhã 08:30	Pão Francês com carne moída e batida de leite com fruta	Pão caseiro com nata e melado e café com leite, fruta	Cuca, café com leite e fruta	Bolacha caseira com chá, fruta	Pão caseiro com nata e doce, café com leite e fruta			
Almoço 11:30	Feijão, arroz, carne de gado, batata cozida e salada	Sopa de frango com legumes	Feijão, arroz, carne de porco, mandioca cozida e salada	Panqueca colorida com arroz ou purê de batata e salada	Feijão, arroz, macarrão, omelete, salada			
Lanche da tarde 14:00	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00	Sopa de mandioca com carne de gado	Polenta com molho de carne moída (colocar no molho da carne legumes)	Sopa de legumes com frango	Sopa de feijão	Torta salgada de legumes e carne moída e chá			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		g	g	g				
		%	%	%				
Lilian Aline da Rosa Mohr CRN8/ 5362								