

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

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA *01 - 4 anos*

PERÍODO *integral*

SETEMBRO/2021

1º SEMANA	2ª FEIRA 30/08	3ª FEIRA 31/08	4ª FEIRA 01/09	5ª FEIRA 02/09	6ª FEIRA 03/09			
Café da manhã 08:30	Pão Francês carne moída e batida de leite com fruta	Pão caseiro com nata café com leite, fruta	Cuca e café com leite	Bolacha caseira com chá, fruta	Pão caseiro com omelete, café com leite e fruta			
Almoço 11:30	Feijão, carne de porco, mandioca cozida e salada	Sopa de legumes com frango	Feijão, arroz, carne de gado, purê de batata e salada	Macarronada com salada	Feijão, arroz, macarrão, carne de frango, 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	Sopa de feijão	Sopa de legumes com frango	Sopa de fubá	Rosquinha com café com leite			
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 06/09	3ª FEIRA 07/09	4ª FEIRA 08/09	5ª FEIRA 09/09	6ª FEIRA 10/09			
Café da manhã 08:30			Pão caseiro nata, chá e fruta	Bolacha caseira com café com leite, fruta	Pão caseiro com manteiga, café com leite e fruta			
Almoço 11:30	RECESSO	FERIADO 7 SETEMBRO	Feijão, arroz, carne porco, mandioca cozida e salada	Polenta com molho de frango e salada	Feijão, arroz, carne de panela, macarrão e salada			
Lanche da tarde 14:00			Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00			Sopa de arroz com carne de gado	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								

3º SEMANA	2ª FEIRA 13/09	3ª FEIRA 14/09	4ª FEIRA 15/09	5ª FEIRA 16/09	6ª FEIRA 17/09			
Café da manhã 08:30	Pão Francês com carne moída e batida de leite com fruta	Pão caseiro com nata, café com leite, fruta	Cuca, café com leite e fruta	Bolacha caseira com chá, fruta	Pão caseiro com omelete, café com leite e fruta			
Almoço 11:30	Feijão, arroz, carne de gado, batata cozida e salada	Sopa de frango com legumes	Feijão, arroz, empanado de peixe, mandioca cozida e salada	Panqueca colorida com arroz ou purê de batata e salada	Feijão, arroz, macarrão, carne de porco, 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	Sopa cremosa de abobora cabotia	Sopa de legumes com frango	Sopa de feijão	Rosquinha com vitamina de fruta e leite			
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 20/09	3ª FEIRA 21/09	4ª FEIRA 22/09	5ª FEIRA 23/09	6ª FEIRA 24/09			
Café da manhã 08:30	Pão Francês com carne moída e batida de leite com fruta	Pão caseiro nata, café com leite e fruta	Bolacha caseira com chá e fruta	Cuca caseira com café com leite, fruta	Pão caseiro com manteiga, café com leite			
Almoço 11:30	Feijão, arroz, carne de porco mandioca e salada	Sopa de frango com legumes	Feijão, arroz, carne de gado, purê de batata e salada	Galinhada com salada	Arroz, feijão, carne moída 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 legumes com frango	Sopa de fubá	Sopa de feijão				
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 27/09	3ª FEIRA 28/09	4ª FEIRA 29/09	5ª FEIRA 30/09	6ª FEIRA 01/10			
Café da manhã 08:30	Pão Francês com carne moída e batida de leite com fruta	Pão caseiro nata, café com leite e fruta	Cuca caseira com café com leite, fruta	Bolacha caseira com chá e fruta				
Almoço 11:30	Feijão, arroz, carne de porco, mandioca e salada	Sopa de frango com legumes	Feijão, arroz, carne de gado, batata cozida e salada	Polenta com molho de frango e salada				
Lanche da tarde 14:00	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				
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								

