

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*

ABRIL 2022

1º Semana	2ª FEIRA 04/04	3ª FEIRA 05/04	4ª FEIRA 06/04	5ª FEIRA 07/04	6ª FEIRA 08/04
Merenda/ Horário	*GALINHADA *SALADA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE DE GADO (pedaço) *SALADA	*PÃO FRANCES *NATA (ou manteiga) *FRUTA	*MACARRONADA *SALADA	*PURE DE BATATA *MOLHO DE CARNE *SALADA *LARANJA
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
		311,93	48,3g	15,79g	6,9g
			62%	20,3%	20%

2º Semana	2ª FEIRA 11/04	3ª FEIRA 12/04	4ª FEIRA 13/04	5ª FEIRA 14/04	6ª FEIRA 15/04
Merenda/ Horário	*POLENTA *MOLHO DE FRANGO *SALADA *FRUTA	*ARROZ *FEIJAO *CARNE MOIDA C/ LEGUMES *SALADA	*MANDIOCADA *SALADA		
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
		180,22	21,50g	11,84g	5,54g
			47,7%	26,2%	27%
3º Semana	2ª FEIRA 18/04	3ª FEIRA 19/04	4ª FEIRA 20/04	5ª FEIRA 21/04	6ª FEIRA 22/04
Merenda/ Horário	*GALINHADA *SALADA	*SOPA DE FEIJAO *LARANJA	*ARROZ CARRETEIRO *SALADA		
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
		229,22	39,24g	12,47g	2,57g
			68,4%	21,8%	10%
4º Semana	2ª FEIRA 25/04	3ª FEIRA 26/04	4ª FEIRA 27/04	5ª FEIRA 28/04	6ª FEIRA 29/04
Merenda/ Horário	*POLENTA *MOLHO DE FRANGO *SALADA	*ARROZ *FEIJÃO *CARNE DE GADO (pedaço) *SALADA	*IOGURTE *BOLO (s/ recheio, s/ cobertura) *FRUTA	*MACARRONADA *SALADA	*ARROZ BRANCO *FEIJÃO *CARNE SUINA *SALADA
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
		333,61	44,72g	15,48g	11,02g

			53,6%	18,7%	29,8%
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