

**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*

DEZEMBRO DE 2021

1º Semana	2ª FEIRA 29/11	3ª FEIRA 30/11	4ª FEIRA 01/12	5ª FEIRA 02/12	6ª FEIRA 03/12
Tipo de Refeição/ Horário	*MACARRONADA *SALADA	*FEIJÃO PRETO *ARROZ, CARNE DE GADO *MANDIOCA COZIDA *SALADA	*SAGÚ DE SUCO DE UVA * MELANCIA	*ARROZ CARRETEIRO *SALADA	*TORTA SALGADA DE LEGUMES COM CARNE MOIDA *SUCO DE POLPA
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	
		290	39.9g	11.5g	9.54g
		82%	123%	117%	

2ª Semana	2ª FEIRA 06/12	3ª FEIRA 07/12	4ª FEIRA 08/12	5ª FEIRA 09/12	6ª FEIRA 10/12
Tipo de Refeição/ Horário	*POLENTA *MOLHO DE FRANGO *SALADA	*FEIJÃO PRETO *ARROZ *CARNE DE PORCO *MANDIOCA COZIDA *SALADA	*PÃO COM CARNE MOÍDA *CHÁ *BANANA	*GALINHADA *SALADA	*IOGURTE DE MORANGO *BISCOITO DOCE E SALGADO
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
		284kcal	46.43g	12.78g	5.24g
			95%	136%	95%
3ª Semana	2ª FEIRA 13/12	3ª FEIRA 14/12	4ª FEIRA 15/12	5ª FEIRA 16/12	6ª FEIRA 17/12
Tipo de Refeição/ Horário	*MACARRONADA *SALADA	*FEIJÃO PRETO *ARROZ *CARNE DE GADO *SALADA	*BOLO DE CHOCOLATE SEM COBERTURA *CHÁ *LARANJA	*ARROZ CARRETEIRO *SALADA	*BOLACHA DOCE E SALGADA *CAFÉ COM LEITE
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
		310kcal	44.51g	11.39g	10.06g
			91%	121%	134%
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	

