

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

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA urbana

FAIXA ETÁRIA 01 - 4 anos

PERÍODO integral

NOVEMBRO/2021

1ª SEMANA	2ª FEIRA 01/11	3ª FEIRA 02/11	4ª FEIRA 03/11	5ª FEIRA 04/11	6ª FEIRA 05/11			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta			*Pão caseiro com manteiga *batida de leite com fruta *fruta	*Bolacha caseira com chá *fruta	*Pão caseiro com omelete *café com leite * fruta			
Almoço 11:30		FERIADO FINADOS	*Feijão *arroz *carne de gado *batata cozida * salada	*macarronada * salada	*Feijão * arroz *carne de gado * salada			
Lanche da tarde 14:00			Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00			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					
		%	%	%				

2º SEMANA	2ª FEIRA 08/11	3ª FEIRA 09/11	4ª FEIRA 10/11	5ª FEIRA 11/11	6ª FEIRA 12/11			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta	*Pão Francês com carne moída *batida de leite *fruta	*Pão caseiro com nata *café com leite * fruta	Pão caseiro nata *chá *fruta	*Bolacha caseira *café com leite * fruta	*Pão caseiro com manteiga *café com leite *fruta			
Almoço 11:30	*Feijão *arroz *carne de gado *batata cozida *salada	*Sopa de frango com legumes	*Feijão *arroz *carne de porco *mandioca cozida *salada	*Polenta *Molho de frango *salada	*Feijão *arroz *carne de panela *macarrão * 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 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				
		%	%	%				

3º SEMANA	2ª FEIRA 15/11	3ª FEIRA 16/11	4ª FEIRA 17/11	5ª FEIRA 18/11	6ª FEIRA 19/11			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta		*Pão caseiro com nata *café com leite * fruta	Pão caseiro com manteiga *café com leite *fruta	*Bolacha caseira *chá *fruta	*Pão caseiro com omelete * café com leite * fruta			
Almoço 11:30	FERIADO	*macarronada * salada	*Feijão *arroz *empanado de peixe *mandioca cozida *salada	*Panqueca colorida *arroz ou purê de batata *salada	*Feijão *arroz * Macarrão *carne de gado *Salada			
Lance da tarde 14:00		Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00		Sopa de fubá	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								

4º SEMANA	2ª FEIRA 22/11	3ª FEIRA 23/11	4ª FEIRA 24/11	5ª FEIRA 25/11	6ª FEIRA 26/11			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta	*Pão Francês com carne moída * batida de leite * fruta	*Pão caseiro nata *café com leite *fruta	*Bolacha caseira *chá *fruta	*Pão caseiro com nata *batida de leite com fruta * fruta	*Pão caseiro com manteiga * café com leite *fruta			
Almoço 11:30	*Feijão *arroz *carne de porco *mandioca *salada	*Sopa de frango com legumes	*Feijão *arroz *carne de gado *Purê de batata *salada	*Galinhada *salada	*Arroz *feijão *carne moída *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 mandioca com carne de panela	Sopa de legumes com frango	Sopa de fubá	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								

5º SEMANA	2ª FEIRA 29/11	3ª FEIRA 30/11	4ª FEIRA 01/12	5ª FEIRA 02/12	6ª FEIRA 03/12			
Café da manhã 08:00 09:00 fruta	*Pão Francês com carne moída *batida de leite *fruta	*Pão caseiro com nata *café com leite * fruta	Pão caseiro manteiga *chá *fruta	*Bolacha caseira *café com leite * fruta	*Pão caseiro com nata *café com leite *fruta			
Almoço 11:30	*Feijão *arroz *carne de gado *batata cozida *salada	*Sopa de frango com legumes	*Feijão *arroz *carne porco *mandioca cozida *salada	*Polenta *Molho de frango *salada	*Feijão *arroz *carne de panela *macarrão * 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 arroz com carne de gado	Sopa de feijão	Waffle salgado			
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								