

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

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA urbana

FAIXA ETÁRIA 01 - 4 anos

PERÍODO integral

DEZEMBRO/2021

1ª 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 e 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				
		%	%	%				

2º SEMANA	2ª FEIRA 06/12	3ª FEIRA 07/12	4ª FEIRA 08/12	5ª FEIRA 09/12	6ª FEIRA 10/12			
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 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	*Galinhada *salada	*Feijão *arroz *carne de porco *mandioca cozida *salada	*Sopa de frango com legumes	*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 13/12	3ª FEIRA 14/12	4ª FEIRA 15/12	5ª FEIRA 16/12	6ª FEIRA 17/12			
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 com manteiga *café com leite *fruta	*Bolacha caseira *chá *fruta	*Pão caseiro com omelete * café com leite * fruta			
Almoço 11:30	*Feijão *arroz *carne de gado *batata cozida *salada	*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)	Fruta (2 variedades)			
Janta 16:00	Sopa de arroz com carne de gado\	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								