

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

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA urbana

FAIXA ETÁRIA 01 - 4 anos

PERÍODO integral

OUTUBRO/2021

| 1ª SEMANA | 2ª FEIRA 27/09 | 3ª FEIRA 28/09 | 4ª FEIRA 29/09 | 5ª FEIRA 30/09 | 6ª FEIRA 01/10 |
|--|--|---|---|---|--|
| Café da manhã 08:00 09:00 fruta | *Pão Francês com carne moída e *batida de leite com fruta *fruta | *Pão caseiro nata, café com leite *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 | *Feijão * arroz * carne de porco *mandioca * salada | *Sopa de frango com legumes | *Feijão *arroz *carne de gado *batata cozida * salada | *Polenta *molho de frango *salada | *Feijão * arroz *carne de gado * 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 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 | | | | |
| | | % | % | % | | | | |

| 2º SEMANA | 2ª FEIRA 04/10 | 3ª FEIRA 05/10 | 4ª FEIRA 06/10 | 5ª FEIRA 07/10 | 6ª FEIRA 08/10 | | | |
|---|--|---|--|--|--|-------------|------------|------------|
| 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 *empanado de peixe *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 11/10 | 3ª FEIRA 12/10 | 4ª FEIRA 13/10 | 5ª FEIRA 14/10 | 6ª FEIRA 15/10 | | | |
|---|-------------------|---------------------|---|---|--|-------------|------------|------------|
| Café da manhã 08:00 09:00 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 | *Feijão *arroz *carne de porco *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) | | | |
| Janta 16:00 | | | 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 18/10 | 3ª FEIRA 19/10 | 4ª FEIRA 20/10 | 5ª FEIRA 21/10 | 6ª FEIRA 22/10 | | | |
|---|--|--|---|--|---|-------------|------------|------------|
| 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 | | | |
| 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 | 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 25/10 | 3ª FEIRA 26/10 | 4ª FEIRA 27/10 | 5ª FEIRA 28/10 | 6ª FEIRA 29/10 | | | |
|---|--|---|--|--|--|-------------|------------|------------|
| 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 | | | | | | | | |