



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Fundamental I Integral e Educação Infantil Parcial)
JOSAFAT KMITA - MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2022

1ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Café com leite Pão com nata e/ou doce de frutas	Chá de Frutas Pão com carne moída e queijo	Leite com mascav Pão de leite Omelete de forno com legumes	Café com leite Sanduíche com presunto e queijo	Leite com mascav Pão com queijo Ovos mexidos
ALMOÇO	Polenta cremosa recheada Iscas de frango em molho Saladas	Panquecas Coloridas Arroz com brócolis Saladas	Legumes Refogados Bife bovino picadinho Saladas	Frango assado com batatas Saladas	Purê de Mandioca Carne Suína picadinha Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Sagu quentinho Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Cereal Matinal com leite	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Sopa de Feijão com macarrão Pãozinho	Risoto de frango com legumes Saladas	Cachorro Quente Café com leite	Canja de frango com macarrão e legumes Pãozinho	Strogonoff Bovino Arroz Branco Saladas

***MASCAU: Cacau em pó + açúcar mascavo.**

As saladas devem ser servidas conforme disponibilidade.

Bebidas servir quente ou frio conforme clima.

Cortar os alimentos em pedaços pequenos afim de facilitar a mastigação.

Reduzir adição de sal, gorduras e açúcares nas preparações.

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

***Verduras temperar com azeite de oliva e incluir fibras.**

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN10-6691



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Fundamental I Integral e Educação Infantil Parcial)
JOSAFAT KMITA - MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2022

2ª SEMANA					
<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Café com leite Sanduíche com mortadela e queijo	Chá de Frutas Cuca Caseira Biscoitos Sortidos	Leite com mascavo Pão com queijo Ovos mexidos	Café com leite Pão com nata e/ou doce de leite	Chá de Frutas Pão com carne moída e queijo
ALMOÇO	Purê de Batata Picadinho Bovino com legumes Saladas	Creme de Milho Carne Suína picadinha Saladas	Escondidinho de mandioca com carne moída Arroz Colorido Saladas	Arroz de forno com legumes e queijo Ovo frito (sem gordura) Saladas	Macarrão à Primavera Frango Crocante Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Pão de Queijo Leite com Mascavo	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Barra de Cereal Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Sopa de Lentilha Pãozinho	Arroz Carreteiro Saladas	Pão com nata e/ou doce de frutas Café com leite	Canja de frango com macarrão e legumes Pãozinho	Creme de mandioca cozido com picadinho bovino Saladas

***MASCAU: Cacau em pó + açúcar mascavo.**

As saladas devem ser servidas conforme disponibilidade.

Bebidas servir quente ou frio conforme clima.

Cortar os alimentos em pedaços pequenos afim de facilitar a mastigação.

Reduzir adição de sal, gorduras e açúcares nas preparações.

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

***Verduras temperar com azeite de oliva e incluir fibras.**

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN10-6691



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Fundamental I Integral e Educação Infantil Parcial)
JOSAFAT KMITA - MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2022

3ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Café com leite Pão com nata e/ou doce de frutas	Chá de Frutas Pão com carne moída e queijo	Leite com mascau Pão de leite Omelete de forno com legumes	Café com leite Sanduíche com presunto e queijo	Leite com mascau Pão com queijo Ovos mexidos
ALMOÇO	Filé de tilápia crocante Polenta cremosa Saladas	Macarrão ao Pomodoro Picadinho Bovino com legumes Saladas	Batatinha em molho Frango Assado Saladas	Legumes Refogados Bife bovino picadinho Saladas	Mandioca Cozida Frango em molho com legumes Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Torta de Bolacha Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Bolo de Chocolate Chá de Frutas	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Sopa de Feijão com macarrão Pãozinho	Risoto de frango com legumes Saladas	Cachorro Quente Café com leite	Canja de frango com macarrão e legumes Pãozinho	Strogonoff Bovino Arroz Branco Saladas

***MASCAU: Cacau em pó + açúcar mascavo.**

As saladas devem ser servidas conforme disponibilidade.

Bebidas servir quente ou frio conforme clima.

Cortar os alimentos em pedaços pequenos afim de facilitar a mastigação.

Reduzir adição de sal, gorduras e açúcares nas preparações.

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

***Verduras temperar com azeite de oliva e incluir fibras.**

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN10-6691



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAPEJARA D' OESTE- PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Fundamental I Integral e Educação Infantil Parcial)
JOSAFAT KMITA - MAIO, JUNHO, JULHO E AGOSTO/2022

4ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ	Café com leite Sanduíche com mortadela e queijo	Chá de Frutas Cuca Caseira Biscoitos Sortidos	Leite com mascou Pão com queijo Ovos mexidos	Café com leite Pão com nata e/ou doce de leite	Chá de Frutas Pão com carne moída e queijo
ALMOÇO	Polenta recheada com carne moída e queijo Omelete à primavera Saladas	Macarrão à Bolonesa Frango Crocante Saladas	Quirerinha Carne Suína picadinha Saladas	Rocambole de carne moída com queijo e legumes Arroz com cenoura Saladas	Mandioca Cozida /Batata Salsa Picadinho Bovino com legumes Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Sagu Quentinho Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Barra de Cereal Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Arroz Carreiroiro Saladas	Canja de frango com macarrão e legumes Pãozinho	Pão com nata e/ou doce de frutas Café com leite	Sopa de Feijão com macarrão Pãozinho	Risoto de frango com legumes Saladas frango

***MASCAU: Cacau em pó + açúcar mascavo.**

As saladas devem ser servidas conforme disponibilidade.

Bebidas servir quente ou frio conforme clima.

Cortar os alimentos em pedaços pequenos afim de facilitar a mastigação.

Reduzir adição de sal, gorduras e açúcares nas preparações.

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

***Verduras temperar com azeite de oliva e incluir fibras.**

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN10-6691