



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

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
(Modalidade: Ensino Fundamental I Integral) **OFICINAS**  
JOSAFAT KMITA – SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2022

<b>1ª SEMANA</b>					
<b><u>DIAS</u></b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
<b>SOBREMESA</b>	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras (chia, gergelim)	Iogurte de frutas Fruta	Salada de Frutas (s/ adição de açúcares) Adicionar fibras	Barra de Cereal Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras (chia, gergelim)
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Cereal Matinal com leite Fruta	Sanduche com mortadela e queijo Suco de Frutas	<b>Mini Pão de Queijo</b> Leite com Mascáu	Cachorro Quente Chá de frutas	<b>Bolo de Chocolate</b> Café com leite
<b>2ª SEMANA</b>					
<b><u>DIAS</u></b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
<b>SOBREMESA</b>	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras (chia, gergelim)	Iogurte de Frutas Barra de cereal	Salada de Frutas (s/ adição de açúcares) Adicionar fibras	Torta de Bolacha Maria Chocolate	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras (chia, gergelim)
<b>LANCHE DA TARDE</b>	<b>Mini sanduiche com pão fatiado com apresuntado, queijo e alface.</b> Leite com Mascáu	Cereal Matinal com leite Fruta	<b>Cuca Caseira</b> Café com leite	Pão com nata e/ou doce de Leite Chá de Frutas	<b>Torta Salgada</b> Leite com Mascáu

\*Em vermelho as preparações que o fornecedor entrega no Ginásio.

\*Todas as preparações líquidas é responsabilidade da escola enviar.

Reduzir adição de sal, gorduras e açúcares nas preparações.

Nutricionista  
Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Nutricionista  
Milene Samaris Walker, CRN10-6691



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

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
(Modalidade: Ensino Fundamental I Integral) **OFICINAS**  
JOSAFAT KMITA - SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2022

<b>3ª SEMANA</b>					
<b>DIAS</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
<b>SOBREMESA</b>	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Iogurte de Frutas Fruta	Salada de Frutas sem adição de açúcares Adicionar fibras	<b>Bolo de Cenoura</b> Suco de fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Cereal Matinal com leite Fruta	Cachorro Quente Suco de fruta	<b>Grostoli Macio</b> Café com leite Biscoitos Sortidos	Pão com carne moída e queijo Chá de Frutas	<b>Mini sanduiche com pão fatiado integral com apresentado, queijo e alface.</b> Leite com Mascav
<b>4ª SEMANA</b>					
<b>DIAS</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
<b>SOBREMESA</b>	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Bolacha Caseira Suco de frutas	Salada de Frutas sem adição de açúcares Adicionar fibras	Iogurte de Frutas Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
<b>LANCHE DA TARDE</b>	<b>Mini sonho de goiabada</b> Café com leite	Cereal Matinal com leite Fruta	<b>Cuca Caseira</b> Fruta	Pão com nata e/ou doce de Leite Chá de Frutas	<b>Mini sanduiche com pão fatiado com patê de frango e alface.</b> Café com leite

\*Em vermelho as preparações que o fornecedor entrega no Ginásio.

\*Todas as preparações líquidas é responsabilidade da escola enviar.

Reduzir adição de sal, gorduras e açúcares nas preparações.

Nutricionista  
Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Nutricionista  
Milene Samaris Walker, CRN10-6691