



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

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil e Ensino Fundamental I Integral)
PARIGOT DE SOUZA - SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2022

1ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ 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 com queijo Ovos mexidos	Café com leite Pão com doce de leite e/ou melado	Leite com mascau Sanduiche com presunto e queijo
ALMOÇO	Polenta cremosa Frango em molho Saladas	Macarrão à Primavera Bife bovino picadinho Saladas	Arroz colorido Rocamble de carne moída com queijo e legumes Saladas	Purê de Batata Estrogonofe de frango Saladas	Mandioca Cozida Carne Suína picadinha Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Iogurte de Frutas Cereal Matinal	Salada de Frutas (s/ adição de açúcares) Adicionar fibras	Torta de Bolacha Maria Chocolate Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Arroz Branco Bife à cavalo Saladas	Sanduiche com mortadela e queijo Suco de Frutas	Macarronada Pomodoro Frango Crocante Saladas	Cachorro Quente Chá de frutas	Arroz carreteiro com legumes 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.

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

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN8-11206



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

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil e Ensino Fundamental I Integral)
PARIGOT DE SOUZA - SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2022

2ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com mascau Pão com nata e/ou doce de frutas	Chá de Frutas Pão com carne moída e queijo	Café com leite Pão com queijo Ovos mexidos	Leite com mascau Sanduiche com mortadela e queijo	Café com leite Cuca Caseira
ALMOÇO	Creme de Milho Carne Suína picadinha Saladas	Macarrão Pomodoro Isclas de frango grelhado Saladas	Legumes refogados Picadinho Bovino acebolado Saladas	Batata assada Frango em molho com legumes Saladas	Escondidinho de mandioca com carne moída e queijo Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Pão de Queijo Leite com mascau	Salada de Frutas sem adição de açúcares Adicionar fibras	Bolacha Caseira Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Risoto de frango com legumes Saladas	Pão e Omelete de forno com legumes Suco de frutas	Polenta Cremosa Carne moída em molho com legumes Saladas	Pão com nata e/ou doce de Leite Chá de Frutas	Macarronada com bife em tiras 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.

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

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN8-11206



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

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil e Ensino Fundamental I Integral)
PARIGOT DE SOUZA - SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2022

3ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Café com leite Pão com nata e/ou doce de frutas	Leite com mascavo Pão com carne moída e queijo	Chá de Frutas Pão com doce de leite e/ou melado	Café com leite Pão com queijo Ovos mexidos	Leite com mascavo Sanduiche com presunto e queijo
ALMOÇO	Polenta cremosa com queijo Carne moída com legumes Saladas	Mandioca cozida Carne Suína picadinha Saladas	Arroz de forno com legumes e queijo Picadinho Bovino com legumes Saladas	Macarrão Alho e Óleo Frango Crocante Saladas	Purê de batata Strogonoff Bovino Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Iogurte de Frutas Fruta	Salada de Frutas sem adição de açúcares Adicionar fibras	Bolo de Cenoura Suco de fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Arroz Carreteiro com legumes Saladas	Cachorro Quente Suco de fruta	Arroz Branco Frango assado com batatas Saladas	Pão com carne moída e queijo Chá de Frutas	Polenta Cremosa Omelete à Primavera 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.

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

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN8-11206



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

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
(Modalidade: Educação Infantil e Ensino Fundamental I Integral)
PARIGOT DE SOUZA - SETEMBRO, OUTUBRO, NOVEMBRO E DEZEMBRO/2022

4ª SEMANA

<u>DIAS</u>	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com mascau Pão com nata e/ou doce de frutas	Chá de Frutas Sanduiche com mortadela e queijo	Café com leite Pão com carne moída e queijo	Leite com mascau Pão com queijo Ovos mexidos	Café com leite Bolacha Caseira
ALMOÇO	Purê de Mandioca Picadinho Bovino com legumes Saladas	Arroz com cenoura Panquecas Coloridas Saladas	Polenta Cremosa Filé de tilápia crocante Saladas	Legumes refogados Isclas de frango grelhado Saladas	Batata em molho Frango assado Saladas
SOBREMESA	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras	Cuca Caseira Suco de Frutas	Salada de Frutas sem adição de açúcares Adicionar fibras	Cereal Matinal com leite Fruta	Frutas Picadinhas (No mínimo 3 opções) Adicionar fibras
LANCHE DA TARDE	Risoto de frango com legumes Saladas	Pão e Omelete de forno com legumes Suco de frutas	Macarronada com frango desfiado Saladas	Pão com nata e/ou doce de Leite Chá de Frutas	Quirerinha com carne suína 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.

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

FEIJÃO E ARROZ DIARIAMENTE

Lucieli de Oliveira, CRN8-9149

Milene Samaris Walker, CRN8-11206